



**Ana Maria
Albuquerque
Rodrigues**

**Resiliência: contributos para a sua conceptualiza-
ção e medida**



**Ana Maria
Albuquerque
Rodrigues**

**Resiliência: contributos para a sua conceptualiza-
ção e medida**

Dissertação apresentada à Universidade de Aveiro para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Doutor em Ciências de Educação, realizada sob a orientação científica do Dr. José Tavares, Prof. Catedrático da Universidade de Aveiro

o júri

presidente

Reitora da Universidade de Aveiro.

Doutor **João Carlos Campos Gomes Pedro**, Professor Catedrático da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa.

Doutor **José Pereira da Costa Tavares**, Professor Catedrático da Universidade de Aveiro (**Orientador**).

Doutora **Ana Maria Tomás de Almeida**, Professora Associada do Instituto de Estudos da Criança da Universidade do Minho.

Doutora **Anabela Maria de Sousa Pereira**, Professora Auxiliar da Universidade de Aveiro.

Doutora **Maria de Lurdes Mendes Rocha Cró Brás**, Professora Coordenadora de Agregação da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Coimbra.

agradecimentos

Este espaço é peça fundamental em qualquer tipo de trabalho. Agradeço a Todos os que tornaram possível a concretização deste momento, não deixando de nomear situações especiais.

Ao Professor Doutor José Tavares pela orientação crítica, muita experiência, disponibilidade e solidariedade.

Aos Professores Doutores Helena Ralha e Carlos Simões pela profunda amizade, partilha de saberes e solidariedade.

À Professora Doutora Maria de Lurdes Cró pela sentida amizade e indicação do caminho.

À Professora Doutora Anabela Pereira, pelo incentivo, carinho e simplificação que introduz na colaboração amiga que presta.

Ao Professor Doutor Álvaro Miranda Santos por me ter iniciado nestes domínios e pelo enriquecedor diálogo final sobre a matriz do texto desta tese

Às Professoras Doutora Luísa Veiga e Doutora Filomena Teixeira, a amizade mas também o rigor e a eficácia com que fizeram a leitura do texto final.

À Mestre Sílvia Parreiral, por muitas e boas razões. Por ser uma pessoa com quem gostei imenso de partilhar saberes, nomeadamente elaborar instrumentos de medida para o 1.º ciclo que se está a mostrar eficaz e enriquecedor, não esquecendo o apoio na língua inglesa.

À Sónia Felgueiras, que com o seu trabalho de mestrado nesta área de investigação me tem exigido e tem contribuído com um importantíssimo rigor discussão.

Aos jovens adultos, futuros profissionais, que com o seu envolvimento, disponibilidade e honestidade tornaram possível uma recolha de dados eficaz

Ao Instituto Politécnico e em especial à Escola Superior de Educação de Coimbra pelas facilidades concedidas.

Ao PRODEP pelo apoio financeiro obtido.

À minha Família e Amigos, que sempre encontrei nas boas mas também nas mais complicadas situações. Dra. Regina, não há modo de agradecer devidamente a sua tarefa!

A nós os seis, que passámos a constituir “o que há de melhor” numa família no século XXI. Entre as dificuldades e menores construções, aprendemos também a colaborar, a construir novos papéis, a estarmos mais atentos apesar do tempo fugir. A ti António, ao Nuno, ao Afonso, à Ana Maria e à Catarina, que agora nos traz também o Mané a Maria e a Teresinha! Maria, a nossa mãe de que tanto me orgulho, parece ter um perfil...resiliente! E “a nova” Catarina que com gosto tenho aprendido a conhecer! Obrigado a Todos! Não há palavras...

E a Ti, por através deste trabalho, Te ter continuado a encontrar!

resumo

Este trabalho de investigação, no âmbito da educação para a saúde do jovem adulto português, debruça-se sobre o constructo de resiliência, praticamente sem investigação em Portugal, traduzindo-se especificamente em dois objectivos:

- obter uma classificação global em resiliência ao construir um modelo teórico e dinâmico, seguido do elaborar e validar instrumentos de avaliação numa população portuguesa de jovens adultos;
- aprofundar conceptualmente o constructo de resiliência ao compreender processos de impacto quotidiano.

Realizou-se uma investigação teórica e empírica e, para atingir o segundo objectivo, optou-se por um estudo longitudinal e prospectivo. Neste trabalho qualitativo e heurístico utiliza-se a análise de conteúdo sobre registos resultantes da aplicação de questionários e entrevistas.

O plano de pesquisa estendeu-se por três fases:

- Na primeira fase, a teórica, debruçámo-nos sobre o constructo, conceitos afins, construção do nosso modelo e de instrumentos de avaliação.
- Na segunda fase, operacionalizou-se a classificação em resiliência. Aplicaram-se instrumentos de avaliação a 125 jovens adultos e, com base no modelo, utilizou-se a análise de conteúdo sobre os dados obtidos. Partindo das três dimensões de Kobasa, desafio, compromisso e controlo (com igual peso), encontraram-se as seis subdimensões de igual contribuição, respectivos indicadores e pesos específicos. A classificação só função dos dados obtidos com o nosso instrumento principal RES.
- Realizou-se posteriormente a terceira fase do plano da investigação, o estudo principal, que consistiu num estudo longitudinal e prospectivo de 125 jovens adultos a três anos, avaliando o impacto de situações significativas quotidianas no funcionamento do humano. Aplicaram-se a 7 jovens adultos diferentes instrumentos e RES em dezoito situações. Validou-se o modelo e instrumentos concebidos e apreenderam-se processos em causa.

O novo modelo de resiliência por que se optou é fruto da articulação dos trabalhos de investigação de Kobasa e de Grotberg, tendo-se escolhido, respectivamente, as dimensões de *hardy* e as da linguagem resiliente, estas últimas para avaliação da dinâmica que lhe foi associada. Consideramos a resiliência uma estrutura compósita, complexa e dinâmica, avaliada em três dimensões (desafio, compromisso e controlo) e auto-expressa em três campos (sou, tenho e posso).

- Dentro do primeiro objectivo, os dados apontam essencialmente para: a construção robusta de um modelo, instrumento de avaliação e encontro de uma estrutura de resiliência individual (global, mas também por dimensão e por subdimensão); a fidelidade e validade da aplicação do instrumento de avaliação no estudo principal sobre o constructo em estudo (respectivamente

resumo (cont.)

padrões de resposta individual, itens com base na teoria, bem como diminuição do nível global de resiliência correlacionado com a situação adversa, e triangulação de conteúdos); a obtenção de uma medida significativa e crítica/discriminante (autodescritiva e sensível ao impacto do quotidiano); a classificação em resiliência, função de três dimensões (desafio, compromisso e controlo), de seis subdimensões e respectivos indicadores, estes últimos com contribuições diferentes; a verificação de uma forte correlação entre as três dimensões (desafio, compromisso e controlo), apontando para a existência de um só constructo; o aprofundamento da validade comparada (entre dados obtidos com o nosso e com outros instrumentos – utilizando as nossas categorias): nível atingido e/ou estabilizado em RES (relativamente a processos em curso, noutros registos)

- e dentro do segundo objectivo, os dados sugerem: para lá da coerência com impactos, também a leitura da consistência individual de significados em processos quotidianos de resiliência (função do desafio, compromisso e controlo); a identificação de diferentes graus de impactos adversos e positivos quotidianos; a provisória avaliação conjunta dos diferentes tipos de impacto acima mencionados; o enriquecimento do modelo inicialmente construído (não linearidade do crescimento da autonomia; duas importantes utilidades da linguagem resiliente: recolha de dados e formação de iniciais categorias no estudo de dinâmicas; não separação provisória de impactos significativos de vida - positivos e negativos); a articulação de resultados com outras teorias (dimensões dinâmicas de Block e activação de capacidades de reserva de Baltes).

Os resultados obtidos nas 1.^a e 2.^a fases permitiram que, na 3.^a fase, se tornasse possível uma fiel e adequada aplicação do nosso instrumento RES, tendo-se tornado num bom critério de identificação de processos de uma dinâmica individual face à situação adversa assinalada por cada caso em estudo, mas também a impactos positivos.

Tanto pela relevância social como pelos resultados obtidos, sugere-se que seja incluída no currículo académico e não académico, sendo necessário estender também o estudo a outros níveis etários e à educação em resiliência.

abstract

The goal of this investigation, in the research field of health education of Portuguese young adulthood is to achieve a better understanding of the concept of resilience, of which there is scarce amount of investigation in Portugal. This study portrays two essential objectives:

- To obtain a global classification of resilience through a dynamic model, by the construction and validation of instruments in a Portuguese young adulthood population;
- To examine thoroughly the concept of resilience by understanding the processes of daily impacts.

This investigation was made on an empirical and theoretical level, and to obtain the second objective, we decided on a longitudinal and prospective study. In this qualitative and heuristic work the analysis of content was used to analyse answers from questionnaires and interviews.

The investigation was thus elaborated in three phases:

- First, the theoretical one, we analysed the concept, related concepts, and elaborated our model and instruments;
- Secondly, a resilience classification was attained. Instruments were applied to 125 young adults and, considering the model, the results were analysed using analysis of contents. According to Kobasa's three dimensions, challenge, commitment and control (in equal proportion), six sub dimensions of equal importance were found with respective items and labelling. Classification is only a function of the results obtained with the main instrument, RES.
- Finally, a third phase of the investigation was realized, this one being the most significant, which constitutes a longitudinal and prospective analysis the impacts on daily situations among human functions. Different instruments, including RES were applied to seven young adults in eighteen situations. The model and instruments were reliable and processes were identified.

The new model of resilience is a result of the articulation of Kobasa's and Grotberg's investigations, selecting, respectively, the dimensions of hardy and resilient language; the last being useful for evaluating the dynamism associated. We considered resilience as being a composite, complex and dynamic structure evaluated in three dimensions (challenge, commitment and control) and self-expressed in three areas (I am, I have, I can).

- According to the first objective, data essentially calls for: a robust construction of a model for evaluating techniques and for finding an individual resilience structure, which is global, being dimensional and sub dimensional; a valid data base on the evaluation of the instruments application regarding the concept in analysis (respectively: standards of individual answers points with theoretic base, as well as a decline of the general level of resilience related to the adverse situation, and triangulation of contents; the acquisition of a significant and critical measure (auto descriptive

abstract (cont.)

and sensitive before daily impacts); an evaluation of resilience, function of three dimensions (challenge, commitment and control, of six sub dimensions and respective indicators, the last with different contributions; the verification of a strong correlation between the three dimensions (challenge, commitment and control), aiming for the existence of only one concept; the depth of the compared validity (with data obtained with our instruments-using our categories): level that was attained and/or stabilized in RES (regarding processes in use in other records);

- According to the second objective, data suggests:
the reading of individual consistency of significant daily processes or events of resilience (function of challenge, commitment and control); the identification of the different levels of daily impacts, negative or positive; the evaluation of a variety of impacts as referred above; the embellishment of an initial construct model (no linearity in autonomy growth; two important uses of resilient language: the gathering of data and information of initial categories in the study of dynamics: the non-separation of significant life impacts, positive or negative; the articulation of results alongside other theories (Block's dynamic dimension and Baltes' activation on the capacity to keep in reserve).

The results of the first and second phases allowed the possibility of, in a third phase there be an honest and adequate RES application.

The results, in turn, became a useful criterion for identifying the process of a dynamic individual facing an adverse situation, as well as positive impacts, distinguished by every case in study. As for social prominence and obtained results, it is suggested the incorporation in academic and non-academic curriculum, bearing in mind the expansion of this study onto other age groups other than young adults, and onto resilience as education.

Índice

INTRODUÇÃO: PROBLEMA A INVESTIGAR, FUNDAMENTAÇÃO, ÂMBITO E CONTEXTO.....	5
• <i>Articulação e Estrutura do Texto</i>	5
• <i>Explicitação do Âmbito e do Contexto, da Fundamentação, de Objectivos e do Problema a Investigar</i>	
• <i>Fundamentação teórica e metodológica: construtivismo -sistémico</i>	13
• <i>Questões de pesquisa</i>	17
• <i>Âmbito: Educação para a Saúde/Doença</i>	18
• <i>Contexto Temático: Promoção da Saúde. Plasticidade/Desafio: Uma Dimensão</i>	24
• <i>Jovem Adulto: Alguma Descrição por Factores/Categorias</i>	27
 CAPÍTULO 1 ABORDAGEM TEÓRICA	 35
1.1 <i>Perspectiva Inicial e Diferenciação de Conceitos</i>	35
1.1.1 <i>Adaptação, resiliência e coping</i>	36
1.1.2 <i>Desenvolvimento e resiliência</i>	40
1.1.3 <i>Impacto: factores/mecanismos de risco, de protecção de optimização</i>	57
1.2 <i>Dimensão do Controlo como I Enquadramento de Conceitos</i>	59
1.2.1 <i>Actividade: níveis, essência do humano e graus de adaptação</i>	59
1.2.2 <i>Modelo Emocional e seu controlo</i>	65
1.2.3 <i>Modelo dos Dois Processos de Controlo</i>	76
1.3 <i>Dimensão do Compromisso como II Enquadramento de Conceitos</i>	86
1.3.1 <i>Autoconhecimento</i>	86
1.3.2 <i>Competência social</i>	94
1.3.3 <i>Reflexão e Ruminação</i>	98
 CAPÍTULO 2 MODELO DE RESILIÊNCIA E SUA OPERACIONALIZAÇÃO	 107
2.1 <i>Resiliência/Hardiness na História de Investigação em Stress</i>	107
2.1.1 <i>Emergência de novo constructo</i>	107
2.1.2 <i>Resiliência/hardiness: exposição, realces e definição de Kobasa</i>	108
2.2 <i>Outras Investigações</i>	113
2.2.1 <i>Grotberg</i>	113
2.2.2 <i>Block, Costa e McCrea, Caspi e respectivos colaboradores</i>	116
2.3 <i>Fundamentação e Construção do Nosso Modelo e Dimensões</i>	129
2.3.1 <i>Compromisso social, análise comparativa e nova urgência</i>	129
2.3.2 <i>Modelo Dinâmico de Saúde Quotidiana e classificação em resiliência</i>	132
2.4 <i>Operacionalização da Classificação em Resiliência</i>	136
2.4.1 <i>Subdimensões, indicadores e Máximos Níveis, MNI's</i>	143
2.4.2 <i>Pilares da explicitação do nível atingido</i>	144
2.4.3 <i>Avaliação</i>	146
 CAPÍTULO 3 METODOLOGIA	 157
3.1 <i>Fundamentação Metodológica</i>	157
3.1.1 <i>Papel das ciências experimentais: de incorporante a incorporado</i>	157
3.1.2 <i>Opções metodológicas</i>	158
3.1.3 <i>Estudo longitudinal e prospectivo</i>	163

3.2	<i>Plano de Investigação</i>	165
3.2.1	Fases e populações	165
3.2.2	Instrumentos de avaliação	167
3.2.3	Procedimentos	171
CAPÍTULO 4 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DIACRÓNICA DE DADOS		179
4.1	<i>Rita</i>	183
4.1.1	Resumo (frase; perfil em desafio, compromisso e controlo; uma interacção entre o puzzle e o contexto; evolução)	183
4.1.2	Introdução - Leitura sucinta dos Gráficos da Avaliação em Resiliência	185
4.1.3	Gráficos da Resiliência de RITA: global, por dimensão e por subdimensão	187
4.1.4	Gráfico IIa – Análise de Conteúdo Prospectivo em RES's	188
4.1.5	Realces Gerais	189
4.1.6	Quadro III - Registo de possíveis Processos/Dinâmicas	194
4.1.7	Registo de possíveis Processos/Dinâmicas	195
4.1.8	Quadro IV – Correlação entre as 3 Dimensões	201
4.1.9	Exemplos de Classificação	202
4.2	<i>Sofia</i>	205
4.2.1	Resumo (frase; perfil em desafio, compromisso e controlo; uma interacção entre o puzzle e o contexto; evolução)	205
4.2.2	Introdução - Leitura sucinta dos Gráficos da Avaliação em Resiliência	207
4.2.3	Gráficos da Resiliência de SOFIA: global, por dimensão e por subdimensão	209
4.2.4	Gráfico IIa – Análise de Conteúdo Prospectivo em RES's	210
4.2.5	Realces Gerais	211
4.2.6	Quadro III - Registo de possíveis Processos/Dinâmicas	216
4.2.7	Registo de possíveis Processos/Dinâmicas	217
4.2.8	Quadro IV – Correlação entre as 3 Dimensões	222
4.2.9	Exemplos de Classificação	223
4.3	<i>Rui</i>	226
4.3.1	Resumo (frase; perfil em desafio, compromisso e controlo; uma interacção entre o puzzle e o contexto; evolução)	226
4.3.2	Introdução - Leitura sucinta dos Gráficos da Avaliação em Resiliência	230
4.3.3	Gráficos da Resiliência de RUI: global, por dimensão e por subdimensão	233
4.3.4	Gráfico IIa – Análise de Conteúdo Prospectivo em RES's	234
4.3.5	Realces Gerais	235
4.3.6	Quadro III - Registo de possíveis Processos/Dinâmicas	240
4.3.7	Registo de possíveis Processos/Dinâmicas	241
4.3.8	Quadro IV – Correlação entre as 3 Dimensões	250
4.3.9	Exemplos de Classificação	251
4.4	<i>Carmina</i>	253
4.4.1	Resumo (frase; perfil em desafio, compromisso e controlo; uma interacção entre o puzzle e o contexto; evolução)	253
4.4.2	Introdução - Leitura sucinta dos Gráficos da Avaliação em Resiliência	255
4.4.3	Gráficos da Resiliência de CARMINA: global, por dimensão e por subdimensão	257
4.4.4	Gráfico IIa – Análise de Conteúdo Prospectivo em RES's	258
4.4.5	Realces Gerais	259
4.4.6	Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas	264
4.4.7	Registo de possíveis Processos/Dinâmicas	265
4.4.8	Quadro IV – Correlação entre as 3 Dimensões	271
4.4.9	Exemplos de Classificação	272

4.5	<i>Florinda</i>	274
4.5.1	Resumo (frase; perfil em desafio, compromisso e controlo; uma interacção entre o puzzle e o contexto; evolução)	274
4.5.2	Introdução- Leitura sucinta dos Gráficos da Avaliação em Resiliência	276
4.5.3	Gráficos da Resiliência de FLORINDA: global, por dimensão e por subdimensão	277
4.5.4	Gráfico IIa – Análise de Conteúdo Prospectivo em RES's	278
4.5.5	Realces Gerais	279
4.5.6	Quadro III - Registo de possíveis Processos/Dinâmicas	282
4.5.7	Registo de possíveis Processos/Dinâmicas	283
4.5.8	Quadro IV – Correlação entre as 3 Dimensões	288
4.5.9	Exemplos de Classificação	289
4.6	<i>Pedro</i>	291
4.6.1	Resumo (frase; perfil em desafio, compromisso e controlo; uma interacção entre o puzzle e o contexto; evolução)	291
4.6.2	Introdução - Leitura sucinta dos Gráficos da Avaliação em Resiliência	293
4.6.3	Gráficos da Resiliência de PEDRO: global, por dimensão e por subdimensão	295
4.6.4	Gráfico IIa – Análise de Conteúdo Prospectivo em RES's	296
4.6.5	Realces Gerais	297
4.6.6	Quadro III - Registo de possíveis Processos/Dinâmicas	302
4.6.7	Registo de possíveis Processos/Dinâmicas	303
4.6.8	Quadro IV – Correlação entre as 3 Dimensões	308
4.6.9	Exemplos de Classificação	309
4.7	<i>Paula</i>	311
4.7.1	Resumo (frase; perfil em desafio, compromisso e controlo; uma interacção entre o puzzle e o contexto; evolução)	311
4.7.2	Introdução - Leitura sucinta dos Gráficos da Avaliação em Resiliência	313
4.7.3	Gráficos da Resiliência de PAULA: global, por dimensão e por subdimensão	315
4.7.4	Gráfico IIa – Análise de Conteúdo Prospectivo em RES's	316
4.7.5	Realces Gerais	317
4.7.6	Quadro III - Registo de possíveis Processos/Dinâmicas	324
4.7.7	Registo de possíveis Processos/Dinâmicas	325
4.7.8	Quadro IV – Correlação entre as 3 Dimensões	330
4.7.9	Exemplos de Classificação	331
CAPÍTULO 5 ANÁLISE SINCRÓNICA DE DADOS		339
5.1	<i>Análise Sincrónica de Gráficos e Quadros</i>	339
5.2	<i>Critérios de Cientificidade</i>	365
5.3	<i>Comparação de Dados: RES e Outros</i>	368
5.4	<i>Apontamentos sobre Algum Significado do Nível de Resiliência Obtido: Doloroso</i>	372
5.5	<i>Dinâmica em Resiliência</i>	375
CONCLUSÕES		383
	• <i>Conclusões deste Estudo</i>	383
	• <i>Novas Propostas</i>	391
	• <i>Apontamentos Finais</i>	395
ANEXOS		399
NOTAS		415
BIBLIOGRAFIA		425

Lista de Quadros, Figuras, Gráficos e Esquemas

- 15 **Esquema 1**
Proposta da resiliência humana ao longo da vida
- 19 **Esquema 2**
Cronologia no domínio da saúde/doença: *stress*, doença, saúde/doença, 1.ª e 2.ª Revolução de Saúde
- 26 **Figura 1**
Resiliência e níveis de Capacidade de Reserva (Staudinger, Marsiske e Baltes, 1995)
- 29 **Quadro 1**
Descrições parciais do perfil do jovem adulto, relativo a outros níveis etários
- 37 **Figura 1-1**
Construção do humano (Miranda Santos, 2004)
- 42 **Esquema 1-1**
Cronologia da resiliência no domínio da saúde/doença (Kobasa/Ouellette 1977, Masten e Garmezy, 1985)
- 47 **Figura 1-2**
Impacto
- 48, 49 **Esquema 1-2**
Alguns testemunhos e avaliação da funcionalidade na criança associada à resiliência (investigação até aos 12 anos, também com referência ao outro e possibilidades da consciência, e.g., Hagekull, 1994, Damásio, 2000)
- 52, 53 **Quadros 1-1** (1.º, 2.º e 3.º)
Avaliação, com inclusão da resiliência, e variação de dimensões dos 0 aos 4 anos (Hagekull, 1994):
Avaliação do modo de estar ao longo dos primeiros tempos de vida; Variação da sociabilidade ou/e timidez aos 3 e 4 anos de idade
- 55 **Quadro 1-2**
Análise dos 100 itens de Block (segundo o tipo de recuperação enunciado)
- 58 **Quadro 1-3**
Separação de perspectivas de investigação (resiliência: traço ou desafio)
- 59 **Quadro 1-4**
Funcionalidade humana: níveis / aspectos (Miranda Santos, 1989, 1990)
- 63 **Figura 1-3**
Superfície de Tapp (1985): *hardiness* / *helplessness*
- 67 **Quadro 1-5**
Níveis de regulação vital do humano (Damásio, 2000)
- 75 **Esquemas 1-3**
Regulação emocional e das características emocionais preditoras da competência social (6-8 anos; 8-10 anos – Eisenberg, 1997)
- 75 **Esquemas 1-4**
Comportamento social/emocionalidade: resiliência como mediador (Jardim de Infância – Eisenberg, 2000)
- 85 **Quadro 1-6**
Processos de Controlo 1.º e 2.º (Rothbaum *et al.*, 1982)
- 90, 91 **Esquema 1-5**
AutoConceito (AC) ao longo da vida e iniciais sucessos e fracassos significativos (A. M. Fontaine, 1990, 1991; Schavelson, 1976, 1982; Block, 1991; Heckhausen e Schulz, 1995)
- 100 **Quadro 1-7**
Itens do Questionário de Ruminação/ Reflexão (Campbell e Trapnell, 1996)
- 118 **Quadro 2-1**
Três descrições replicáveis de tipos de funcionalidade (em adulto): egoresiliente, hiper e hipocontrolado
- 123 **Figura 2-1**
Aproximação B5 e de Block, relativa a 3 extremos de funcionalidade humana replicáveis
- 123 **Figura 2-2**
Nível de egoresiliência e do egocontrolo nos 3 extremos de funcionalidade, culturalmente diferenciada
- 125 **Quadro 2-2**
Generalização de 3 tipos de funcionalidade em diferentes níveis etários (Robins *et al.*, 1996)
- 127 **Quadro 2-3**
Parte do perfil da criança bem-adaptada, inibida e conflituosa (Caspi, 2000)

Página

Lista de Quadros, Figuras, Gráficos e Esquemas (cont.)

137	Quadro Ia Definição/ relatório individual
138, 139	Quadro Ib Definição, menos complexa, da CLASSIFICAÇÃO EM RESILIÊNCIA
139, 142	Quadro Ic Definição da CLASSIFICAÇÃO EM RESILIÊNCIA
166	Quadro 3-1 Caracterização das populações em estudo: Jovens adultos no Ensino Superior (1.º ano e seguintes)
343	5-1 Gráfico da Resiliência por Subdimensão estudo longitudinal e prospectivo de 7 casos
345	5-2 Gráfico da Resiliência Global estudo longitudinal e prospectivo de 7 casos
347, 349	5-3 Quadro das Fases
350	5-4 Quadro das Áreas mais Significativas
350, 357	5-5 Quadros dos Impactos
358, 359	5-6 Quadro GERAL DE CRITÉRIOS
360, 363	5-7 Gráfico's IIa- Padrões de Resposta Pessoal consistência e coerência
369	Quadro 5-1.1: Resumo dos Quadros IIIa: 1.ª e 2.ª função
371	Quadro 5-1.2: Avaliação em RES, FIPE e PCM, no 1.º momento
373	Quadro 5-2: Algum significado do nível de resiliência: grau de dor
391	Esquema 5-1: Trabalho em resiliência
394	Quadro 5-3: Parte de uma resposta no inventário da criança em resiliência (Icriança-RES)

Capítulo 4¹

Gráficos e Quadros para apresentação da análise diacrónica do estudo de 7 casos

caso estudado	Rita	Sofia	Rui	Carmina	Florinda	Pedro	Paula
Título, página							
Três Gráficos - Resiliência global, por dimensão e subdimensão	187	209	233	257	277	295	315
Gráficos IIa - Análise de conteúdo prospectivo em RES (sem ponderação externa) consistência de resposta	188	210	234	258	278	296	316
Quadros III - Registo de possíveis Processos/ Dinâmicas	194	216	240	264	282	302	324
Quadros IIIa - Registo em RES e noutros documentos da avaliação, por exemplo, Compquest (possíveis 1.ª e 2.ª funções)	196	219 ² (e213 ³)	248 (e245 ³)	268	286	306	328
Quadros IV - Correlação entre as três dimensões	201	222	250	271	288	308	330

Notas sobre a Lista de Quadros, Figuras, Gráficos e Esquemas

Notas sobre Quadros e outros resumos associados ao Capítulo 4:

- 1- No volume dos Anexos, sobre a classificação em resiliência, também se apresenta: Classificação IIb: Descrição Pormenorizada; Classificação IIc: Descrição Esquemática (ponderada); e Quadro IIId: Classificação Prospectiva (também ponderada).
- 2- Na análise diacrónica de Sofia, a designação do Quadro IIIa tem uma maior abrangência: Quadro IIIa- (...); e outros Processos/Dinâmicas.
- 3- Na análise diacrónica de Sofia e de Rui existem também os Quadro 4.1 e Quadro 4.2, respectivamente

A numeração dos Quadros, Figuras, Gráficos e Esquemas inclui o capítulo excepto os Quadros Ia, Ib, Ic, que correspondem à classificação proposta (Capítulo 2), bem como os Quadros e Gráficos do Capítulo 4 (apresentam o mesmo título, mas associado a cada caso estudado). No Capítulo 5, uma série de Quadros e Gráficos tem o título precedido da numeração, para uma primeira apresentação sincrónica dos dados.

Índice de Anexos

ANEXOS À INTRODUÇÃO, Problema a investigar, fundamentação, âmbito e contexto	5
ANEXO 1: O Modelo de Personalidade dos 5 Factores (FFM/B5): Avaliação (NEOPI-R, 5 dimensões e 30 facetas, Pedroso de Lima, 1997)	5
ANEXOS DO CAPÍTULO 1, Abordagem teórica	9
ANEXO 2: Stress e <i>coping</i> : definição e história	9
ANEXO 3: Desenvolvimento segundo Loevinger (1985), D. Hunt (1996) e Rutter (1992)	13
ANEXO 4: Rothbart (1993): sistemas de aproximação, ansiedade e auto-regulação numa população transcultural de 6-7 anos de idade (Ahadi e Rothbart, 1993)	21
ANEXO 5: Dois Processos de Controlo (Heckhausen e Schulz, 1995)	23
ANEXO 6A: Autoconceito (Fontaine 1991; Pais Ribeiro, 2000 e Block, 1984)	25
ANEXO 6B: Competência social em crianças (Bandura, 1999; Eisenberg <i>et al.</i> , 1995, 1996, 1997)	29
ANEXOS DO CAPÍTULO 2, Modelo de resiliência e sua operacionalização	30
ANEXO 7: Kobasa (1979, 1982): aspectos da sua investigação	30
ANEXO 8: Grotberg (<i>e.g.</i> , 1998): actualização do projecto	35
ANEXO 9: Block: a teoria desenvolvimentista resiliente (1980) e a teoria de Rank (1945)	38
ANEXO 10: Hagekull (1994) e Eisenberg (1995) (em crianças, aproximação ao modelo FFM/B5 e utilização das dimensões dinâmicas de Block, 1980)	40
ANEXOS DO CAPÍTULO 3, Metodologia	48
ANEXO 11: Alteração do papel das Ciências Experimentais no conhecimento científico	48
ANEXO 12: História da Investigação Qualitativa em Ciências Humanas (Denzin <i>et al.</i> , 2000)	54
ANEXOS DO CAPÍTULO 4, Apresentação e análise diacrónica de dados	56
1. ANEXO: RITA	56
1.1 Classificação IIb: Descrição Pormenorizada	56
1.1.1 RITA:RES1997	56
1.1.2 RITA:RES1998 e RES2000	61
1.2 Classificação IIc: Descrição Esquemática (ponderada)	68
1.3 Quadro IId: Classificação Prospectiva (também ponderada)	70
2. ANEXO: SOFIA	75
2.1 Classificação IIb: Descrição Pormenorizada	75
2.1.1 SOFIA:RES1997	75
2.1.2 SOFIA:RES2000	79
2.2 Classificação IIc: Descrição Esquemática (ponderada)	85
2.3 Quadro IId: Classificação Prospectiva (também ponderada)	87
3. ANEXO: RUI	91
3.1 Classificação IIb: Descrição Pormenorizada	91
3.1.1 RUI: RES2000 enriquecido por entrevistas 2000 e Compquest2002	95

3.1.2	<i>RUI: RES2002</i>	98
3.2	Classificação IIc: Descrição Esquemática (ponderada)	98
3.3	Quadro IId: Classificação Prospectiva (também ponderada)	100
4.	ANEXO: CARMINA	103
4.1	Classificação IIb: Descrição Pormenorizada	103
4.1.1	<i>CARMINA: RES1997</i>	107
4.1.2	<i>CARMINA: RES1998</i>	109
4.2	Classificação IIc: Descrição Esquemática (ponderada)	109
4.3	Quadro IId: Classificação Prospectiva (também ponderada)	111
5.	ANEXO: FLORINDA	115
5.1	Classificação IIb: Descrição Pormenorizada	115
5.1.1	<i>FLORINDA: RES1997</i>	117
5.1.2	<i>FLORINDA: RES1998 e RES2000</i>	119
5.2	Classificação IIc: Descrição Esquemática (ponderada)	119
5.3	Quadro IId: Classificação Prospectiva (também ponderada)	121
6.	ANEXO: PEDRO	124
6.1	Classificação IIb: Descrição Pormenorizada	124
6.1.1	<i>PEDRO: RES1997</i>	126
6.1.2	<i>PEDRO: RES1998 e RES2000</i>	128
6.2	Classificação IIc: Descrição Esquemática (ponderada)	128
6.3	Quadro IId: Classificação Prospectiva (também ponderada)	130
7.	ANEXO: PAULA	133
7.1	Classificação IIb: Descrição Pormenorizada	133
7.1.1	<i>PAULA: RES1997</i>	136
7.1.2	<i>PAULA: RES1998 e RES2000</i>	140
7.2	Classificação IIc: Descrição Esquemática (ponderada)	140
7.3	Quadro IId: Classificação Prospectiva (também ponderada)	142

ALGUMAS ABREVIATURAS

AC	autoconceito
Compquest.	Guião de entrevista semi-estruturada de comparação de questionários, das respostas a RES
C 1.º e C 2.º	Controlo primário e controlo secundário na Teoria do controlo ao longo da vida (Heckhausen e Schulz, 1995): domínio de uma situação e expectativa por uma melhor oportunidade de controlo, respectivamente
EASI	Instrumento de avaliação (Buss e Plomin, 1975; 1984), aplicado no estudo dos 0-4 anos de idade (Hagekull, 1995) da emocionalidade, actividade, sociabilidade, impulsividade
FFM /B5	Modelo designado por <i>Five Factor Model</i> e/ou <i>Big Five</i> (e.g., Pedroso de Lima, 1997). As 5 dimensões desta descrição da personalidade são (NEOAC) designados por: N neuroticismo, E extroversão, O abertura, A amabilidade, C consciência
FIPE	instrumento de avaliação do desenvolvimento elaborado por Ralha-Simões (1995) baseado na investigação de Loevinger
MNi's	Máximos Níveis i (i=1,...6) nos indicadores das diferentes subdimensões, na avaliação em resiliência por nós realizada (ver Quadro Ic, 2.3.2)
NEO-PI-R	Inventário para avaliação funcionamento pessoal/ personalidade (Costa <i>et al.</i> , 1991; Pedroso de Lima, 1997) baseado no modelo B5/FFM
OMS	Organização Mundial da Saúde

PCM	Instrumento de avaliação do desenvolvimento aplicado à população portuguesa por Simões (1996, 1994) baseado na investigação de D. Hunt
Q-sort; Q-set	Método Q-sort na avaliação do funcionamento da personalidade (Block <i>et al.</i> , 1980); respectivo instrumento
RES	Nosso instrumento de recolha de dados para avaliação em resiliência
SIC	Sistema interno de coerência: conceito basilar no modelo de saúde de Antonovsky (1993)

Principalmente nos Quadros e nas Descrições Esquemáticas:

A,M+,M,B+,B	Cinco valores da escala qualitativa aqui utilizada na avaliação em resiliência
n/; s/; c/	não; sem; com
c. e.	controlo emocional
p ^a ; q ^o ; qq	para; quando; qualquer
ass.	associado/associação
revol./ ^a	revolução
△ ('s)	alteração/variação(ões)

CET (subdimensão em resiliência) Controlo emocional e de tarefa. A abreviatura surge na apresentação diacrónica e sincrónica dos casos em estudo, nos Gráficos IIa e 5-7 Gráfico's IIa, respectivamente

INTRODUÇÃO

INTRODUÇÃO

Problema a Investigar, Fundamentação, Âmbito e Contexto

Inicia-se a introdução pela exposição da articulação e estrutura do texto, realçando-se a perspectiva holística que a fundamentação sobre o constructo em estudo propõe e que a investigação de Kobasa e de Miranda Santos permitem. Enquadrada numa visão construtivista-sistémica, passa-se à explicitação sucinta desta fundamentação teórica e metodológica bem como do problema a investigar. No âmbito da disciplina de Educação para a Saúde surgem questões. Escolhe-se estudar a resiliência do jovem adulto português pretendendo-se construir um modelo teórico para este constructo e operacionalizar a classificação em resiliência. É útil que estejamos conceptualmente abertos à perspectiva ao longo da vida para clarificação do constructo, bem como a abertura do modelo à futura educação em resiliência.

No âmbito da educação para a saúde e no contexto da responsabilidade individual pela própria saúde, para que aponta a 2.^a revolução do binómio saúde/doença, sublinhada pela OMS, faz-se uma revisão sobre modelos do bem-estar subjectivo culturalmente situado (conceito directamente associado a esta investigação e a um dos indicadores da nossa medida em resiliência), bem como da sua aplicação a estudantes universitários. A gestão/recuperação perante impactos aponta a necessidade implícita de elasticidade e, através da investigação de Baltes e outros em resiliência e desenvolvimento na 3.^a e 4.^a idade, questionam-se relações e sublinha-se uma das três dimensões do constructo em estudo, a do Desafio/plasticidade. Na parte final deste capítulo e numa abordagem não holística sobre este constructo, apresentam-se alguns resultados de investigação no jovem adulto comparada com outros níveis etários: são pesquisas de alguns factores associados a indicadores utilizados na nossa operacionalização da classificação sistémica em resiliência.

INTRODUÇÃO: PROBLEMA A INVESTIGAR, FUNDAMENTAÇÃO, ÂMBITO E CONTEXTO

- ***Articulação e Estrutura do Texto***

Optando-se por uma área de investigação pouco conhecida no nosso país e posta a questão da clarificação e medida da resiliência no contexto temático da promoção da própria saúde no jovem adulto português, o seu tratamento orientou-se tanto no campo conceptual como no campo empírico: conceptualmente propomos um modelo deste constructo ao longo da vida, e no tratamento empírico faz-se um estudo exploratório da operacionalização em resiliência no jovem adulto situado na nossa cultura. A investigação é concretizada em três fases. A 1.^a e 2.^a consistiram no aprofundamento conceptual e na construção do modelo em resiliência e sua operacionalização (com aplicação a 125 jovens adultos, na 2.^a fase); o estudo principal é longitudinal e prospectivo, de um a três anos, constituindo a 3.^a fase, em que, para lá dos critérios de cientificidade, foram analisados os processos significativos de absorção de impactos, de resiliência, em 7 casos (de inicial ingresso no Ensino Superior).

Ao pretendermos compreender uma estrutura integrada subjacente à resiliência, que se vai elaborando, e baseados na investigação existente, directa ou indirectamente associada ao constructo, fizemo-lo num enquadramento teórico e metodológico constructivista-sistémico, e numa abordagem holística. Esta perspectiva, com clarificação do constructo em análise, foi realizada através da construção do referido modelo e da concretização da avaliação que, para nós, dava sentido aos contornos do conteúdo que a resiliência parece encerrar e que se corporizou na articulação da investigação de Kobasa/Ouellette (1979, 1982, 2000) e de Grotberg (1995, 1999). Esta visão pretende estudar o constructo fora do funcionamento patológico e também abarca a futura educação em resiliência.

O nosso modelo é proposto e vai-se solidificando nas diferentes fases da investigação, enquanto, a partir deste, se realiza a sua operacionalização, em que o nível de resiliência obtido se baseia na avaliação em *hardiness* (Kobasa, 1982) e suas três dimensões. Esta investigadora propõe um novo constructo, a pessoa *hardiness*, que se fundamenta na teoria

existencial da pessoa “vigorosa” (Kobasa e Maddi, 1977). Esta última expressa-se e é avaliada através das representações pessoais associadas a uma só estrutura integrada (holística), de 3 dimensões, subjacentes à acção (envolve-se, actua confiante e muda). É também esta a nossa fundamentação teórica.

Os indicadores da medida em resiliência que propomos são baseados essencialmente na investigação de Kobasa e de Groteberg e fazem parte de 6 subdimensões associadas em 3 dimensões. Passamos a expôr o tema das dimensões e as respectivas subdimensões: a dimensão do desafio (com o tema “mudança” e duas subdimensões: desafio e flexibilidade); a do compromisso (com o tema “envolvimento” e duas subdimensões: compromisso pessoal e compromisso social); com o tema “actuação confiante” propomos a dimensão do controlo (e duas subdimensões: *locus* de controlo interno e o controlo emocional e de tarefa). Embora baseada na investigação de Kobasa, a nossa classificação é mais dinâmica e alargada, o que em parte foi possível com os contributos da “linguagem resiliente” da educação que Grotberg e colaboradores trabalham.

Na nossa perspectiva, ao longo da vida e no humano possível que se vai concretizando, a resiliência e o seu conhecimento constroem-se e reelaboram-se. De notar que este ser psicológico abarca e transfigura a perspectiva genética e social (Miranda Santos, 1989; Mahrer e Gervaise, 1985). Neste contexto, e para além do exposto, realçamos também a abordagem parcial sobre o constructo (de avaliação holística) que no campo teórico realizámos e que consta deste texto (capítulo 1). São diferentes ângulos teóricos, com alguma abrangência e que se tornaram muito úteis, tanto para a construção do modelo como para a sua utilização, numa descrição científica de processos, em cada caso estudado. Nesta visão e interacção com a envolvente, o complexo gerir quotidiano das situações difíceis é visto através de outras linguagens (Magnusson, 1996), justificadas na abordagem sobre a fundamentação teórica. As três dimensões da nossa classificação em resiliência orientam a estrutura desta abordagem teórica. Assim, para a reflexão teórica sublinha-se a Teoria dos Dois Processos de Controlo ao longo da vida de Heckhausen e Schulz (1996), mas, com o apelo e a investigação de Eisenberg e colegas (2000), realçamos a visão da emoção, da atenção e da consciência de Damásio (1995, 2000, 2003). Ao lidar-se com a situação difícil, este ângulo neurocientífico permite compreender a construção do

significado, por exemplo, da preservação do si¹ e da “passagem” para uma análise da autoconsciência valorada, por sua vez bem trabalhada por A. M. Fontaine (1990,1991), mas também da segurança na inserção social, que o trabalho de Campbell, Trapnell e outros (1996,1999) regista. É para esta competência de inserção social que, de novo, Eisenberg aconselha que seja estendida a análise teórica sobre o tema em estudo, e cuja avaliação baseámos no “working models” (Noam e Fischer, 1996) da teoria da ligação. Para a descrição deste constructo em investigação e para a sua operacionalização, podemos considerar a resiliência como uma estrutura do desenvolvimento, que Ralha Simões propõe (2000), a que podemos associar a teorização do desenvolvimento, por exemplo de D. Hunt (1978, 1980) (articulação entre flexibilidade e complexidade cognitiva, bem como uma orientação interpessoal). De notar que o facto de esta investigação ser longitudinal, mas pouco estendida relativamente ao tempo de vida do humano, implica uma visão do desenvolvimento também muito de acordo com o estudo dos impactos, fundamento da perspectiva do desenvolvimento de Rutter (1992), hoje bastante ligado à resiliência. Tendo o constructo a investigar uma estrutura plástica que lhe é inerente, complexa e dinâmica, é com esta matriz de referência teórica que também se facilita a sua ligação à aprendizagem.

Continuando com a análise conceptual, Tapp (1985) contrapõe o perfil *hardiness* ao *helplessness*, e, portanto, tanto os critérios de Seligman e colaboradores (1995) sobre este último constructo, como as dimensões de *hardiness* (Kobasa, 1979,1982) vão estar bastante implicados no texto desta tese, como referimos: os critérios de Seligman (má história de controlo e de cognição, bem como de inadequada inactividade) surgem ao longo do texto como balizadores do nível de resiliência/*hardiness* estudado (associando o conceito do último critério ao que consideramos ser a natureza da resiliência); e as três dimensões de Kobasa organizam o conteúdo do 1.º Capítulo (Controlo (1.2) e Compromisso (1.3)), estando também presentes na Introdução (Desafio/Plasticidade: uma dimensão (4.º ponto)). Como dissemos, as dimensões de *hardiness* são enquadrantes da expressão e do aprofundamento teórico dos respectivos indicadores descritos, razão pela qual os títulos das subsecções do capítulo 1 contêm uma extensão: o Controlo, como o I Enquadramento de Conceitos, e o Compromisso, como o II Enquadramento de Conceitos abordados.

Por outro lado, ao tentarmos a compreensão do constructo com pouca investigação na população portuguesa, damos-lhe uma perspectiva dinâmica que é nova, mas, para o nosso modelo, a existência de resultados que parecem indicar perfis resilientes já aos 3 anos de idade (2.2) sugere algum questionamento teórico associado ao longo da vida, e não só no jovem adulto. Assim, no texto e na revisão teórica sobre o desenvolvimento e resiliência ao longo do tempo (1.1.2), regista-se, por exemplo, um calendário de maturação da orientação interpessoal, nomeadamente emoções associadas ao sucesso e ao fracasso nos primeiros anos de vida; e o registo da recuperação (nomeadamente de picos de emocionalidade, em amostras multiculturais), questão directamente associada ao constructo e ao modelo. Na parte final da reflexão teórica (2.2), sublinham-se três funcionalidades extremas replicáveis ao longo da vida e a sua descrição (através de 20 indicadores), sendo uma delas a resiliente, permitida pela investigação de Block e a análise de Caspi e colaboradores. Esta descrição do resiliente articulada com as diferentes perspectivas teóricas, para além de ter possibilitado a extensão do modelo ao longo da vida, também dá visibilidade à existência de uma estrutura que tem a possibilidade de se ir reorganizando e complexificando.

De facto, fundamentado em Kobasa e Miranda Santos, o aprofundamento teórico tem 3 funções: fundamentar, clarificar e apoiar teoricamente um modelo em construção, bem como dar a conhecer um constructo; sustentar e justificar tanto os primeiros resultados da aplicação desse modelo como a elaboração da operacionalização da classificação proposta; ser utilizado no estudo de mecanismos em resiliência e nas conclusões desta investigação. Explicitamente, destas 3 funções, a 1.^a encontra-se na Introdução e capítulos 1 e 3, e, para lá das conclusões, a última reporta-nos para os capítulos 4 e 5. Por outro lado, associamos prioritariamente a 2.^a função ao capítulo 2.

Do exposto, vamos agora fazer a apresentação do trabalho escrito, que se concretiza numa primeira parte teórica, **introdução e capítulo 1**, numa parte teórica e empírica, **capítulo 2**, numa parte metodológica, **capítulo 3**, na apresentação e análise diacrónica de dados do estudo principal, **capítulo 4**, seguindo-se a análise sincrónica desses mesmos dados, **capítulo 5**, terminando na formulação das **conclusões** do trabalho realizado e desenho de futuras investigações.

A apresentação consta de uma **introdução** em que o leitor é inserido no tema, com explicitação da seguinte estrutura investigativa: âmbito, objectivos, fundamentação teórica e metodológica enquadrante, e o problema a pesquisar. Os dois objectivos do estudo consistem no seguinte: verificação da viabilidade científica da construção de um instrumento baseado num modelo teórico a construir, consistente e aberto à educação em resiliência, que dê conta dos significados quotidianos e por meio do qual se obtenha um nível de classificação em resiliência; aprofundamento sobre o constructo através da compreensão de processos quotidianos, fruto da análise de dados resultante da aplicação de instrumentos de avaliação e do modelo construído. As hipóteses a trabalhar encontram-se nesta introdução. É apresentada a fundamentação teórica e metodológica relativamente a estes dois objectivos da investigação e insere-se a restante aborgagem teórica num modelo que articula diferentes linguagens (Magnusson, 1996).

Inicialmente, a parte escrita aborda o âmbito e o contexto temático da investigação em resiliência: a Educação para a Saúde e a sua promoção individual. Nesta introdução é definido o constructo e são apresentados resultados da investigação no bem-estar, um critério geral de saúde que também é nosso indicador (na dimensão do compromisso pessoal). Surge a plasticidade, como já referimos, associada à dimensão do desafio. Foram também inseridos alguns dados da investigação no jovem adulto sobre indicadores que, de algum modo, estão associados ao nosso modelo e operacionalização em resiliência, tendo esta última uma perspectiva sistémica.

Depois desta inserção ao tema, surge o **capítulo 1**. Embora, no tratamento deste tema, todo o processo de recuperação seja de realçar, inicialmente aprofundámos a emoção e o seu controlo, pois o controlo emocional é um indicador que se mostrou importante na presente avaliação crítica/discriminante destes processos quotidianos. Esta apresentação da parte teórica inicia-se com a mais importante diferenciação do constructo com outros afins e alguma hierarquia conceptual, secção 1.1, seguindo-se o *I e o II Enquadramento de Conceitos* (1.2 e 1.3) associados à operacionalização do constructo. Entretanto, emerge com intensidade a natureza da resiliência pessoal, traduzida pela possibilidade de manutenção da actividade e expressão adequada, a essência do ser humano, no dizer de Miranda Santos (1989), pelo que foi considerado o grau de preenchimento activo do quotidiano (1.2.1).

Tendo como tema o envolvimento, no aprofundamento sobre o compromisso foi utilizado o autoconhecimento e o grau de inserção social. O autoconhecimento claro de Campbell e outros (1996) é charneira entre o compromisso pessoal e o social e faz surgir a abordagem do binómio reflexão/*ruminação* (1.3.3), realçando-se as restantes subdimensões e indicadores: em 1.3, sublinha-se a autoconsciência pública e privada e aspectos da competência e habilidade social, associados no *II Enquadramento de Conceitos*.

Ao longo da introdução e capítulo 1 ficaram assim sublinhadas também as 3 dimensões da avaliação em resiliência: o Desafio, o Compromisso e o Controlo. Inicialmente já foi exposto o restante realce teórico.

O **capítulo 2** tem como objectivo descrever a opção por um modelo e avaliação em resiliência. Tendo a escolha recaído sobre o entrelaçar de *hardiness* com a dinâmica da linguagem resiliente, respectivamente de Kobasa/Ouellette e de Grotberg, é exposta a correspondente fundamentação e investigação. Faz-se uma ligeira referência aos constructos desenvolvimentistas de Block, considerados como justificação para a adaptação humana, adaptação esta descrita consensualmente pelo modelo *Big Five* e/ou *Five Factor Model* (B5 e/ou FFM) e suas 5 dimensões. Também por esta razão se refere o trabalho de Costa, MacCrae e Caspi no FFM. Mas estes estudos longitudinais ou em diferentes níveis etários possibilitam uma leitura em perfis de resiliência ou de sensibilidades, atitudes e resolução de problemas quotidianos, mais específicos do calendário de maturação humana. Propõe-se assim que a resiliência seja um constructo, mais particularmente, que se traduza numa capacidade humana universal, como Grotberg sugere (1995), e/ou de um núcleo do desenvolvimento que se vai construindo a partir de sensibilidades e atitudes automáticas, mas também conscientes, na interacção com a envolvente. O meio também funcionará com graus de resiliência diversos (Kobasa, 1983), concretamente a resiliência grupal ou comunitária, mediando a construção da diferencial resiliência individual.

O **capítulo 3** é dedicado à metodologia. Para além das fases do plano de investigação e instrumentos utilizados, é descrita a escolha epistemológica, agregando a metodológica. Esta última opção recai também sobre um estudo de casos (no estudo principal) numa pesquisa longitudinal e prospectiva em ciências de educação e para a saúde. A justificação por este tipo de estudo exploratório alicerça-se na opção pela compreensão de processos em resiliência (Cowan e Cowan, 1996) e no carácter diferencial que talvez este constructo

encerre. Surge posteriormente o **capítulo 4**, com a apresentação diacrónica de cada caso estudado. Individualmente, apresenta-se um seu resumo e uma introdução, através de gráficos e sua descrição, bem como possíveis leituras coerentes de processos. Sobressaem fases de cada processo associadas às variações dos indicadores e às situações expostas. Termina-se a exposição com exemplos da classificação proposta. O **capítulo 5** consta da análise sincrónica dos 7 casos, inferindo-se a existência de uma forte correlação entre as dimensões, também estas registadas em quadros (Quadros IV), apontando-se para um só constructo em estudo. Em três anos verifica-se a existência de padrões de resposta a par com uma concomitante sua variação com as situações do quotidiano significativas, expressos também em quadros do impacto. Explicitam-se outros critérios de cientificidade que se encontram resumidos num quadro (Quadro Geral de Critérios). Presume-se termos medido este constructo pelos resultados da aplicação (longitudinal e prospectiva) do instrumento RES, baseado num modelo por nós construído com indicadores sensíveis/críticos. Da reflexão comparada com outro tipo de instrumentos de avaliação, os dados apontam para o que foi designado por 1.^a e 2.^a função do registo em RES, realçando uma medida, nos diferentes indicadores, atingida ou estabilizada. Através da sensibilidade desta medida em resiliência, bem como da investigação longitudinal e prospectiva, tornou-se viável a sua validação e a leitura de dinâmicas neste constructo.

É também analisada a dor registada, seguindo-se as conclusões que este estudo possibilitou, associadas também à revisão teórica efectuada, e apontam-se perspectivas futuras de investigação neste campo.

- ***Explicitação do Âmbito e do Contexto, da Fundamentação, de Objectivos e do Problema a Investigar***

O presente estudo inscreve-se no âmbito da Educação para a Saúde, tendo em conta a premente e dupla responsabilidade do indivíduo como cidadão e como formador/educador através da sua própria construção como recurso pessoal, nomeadamente ao enfrentar situações significativamente difíceis.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) vem clarificar a *necessidade* de incrementar a Educação para a Saúde nesta área: *“In today’s society no one can avoid confronting stressful situations and setbacks, and the way in which people react to such stress is a decisive factor for their mental health”*, 29 de Julho de 1997 (WHO, 1997). A OMS fala do modelo de Antonovsky, ~~mas~~ não o escolhemos, pois não parecia ser trabalhado tão intensamente quanto o de Kobasa/Ouellette. Para além da frequência da citação deste último modelo, efectivou-se um nosso envolvimento com uma perspectiva sistémica do constructo e também com a dimensão do desafio preconizada por esta última investigadora, tendo particular relevo para quem sempre trabalhou profissionalmente em educação e consequente objectivação da optimização de cada um e de cada situação, visão que a investigação sublinha (Allport, 1961).

Assim, decidimos equacionar as nossas questões, sensibilidades e necessidades como formadores no quadro da Educação para a Saúde e da 2.^a Revolução de Saúde. No contexto da promoção da saúde de cada jovem adulto português e na possibilidade de maior conhecimento de um constructo com essas implicações no desenvolvimento individual, temos como objectivo uma maior clareza e medida sobre o constructo de resiliência. Neste objectivo, não se considera a existência ideal da pessoa, do contexto e da interacção, mas entende-se como importante a construção da nossa resiliência, tendo em conta uma manutenção da acção (Albuquerque, Parreiral e Tavares, 2002) como núcleo do desenvolvimento (Ralha-Simões, 2000).

A decisão surgiu como uma resposta investigativa a situações não ideais, neste caso a situações difíceis, por ser um novo campo na área que leccionamos e pelo facto da situação de a população trabalhada poder ser indicada como um ponto de viragem no desenvolvimento do humano. Assim, fizemos coincidir o inicial nível etário da população

do presente estudo longitudinal com o do jovem adulto nos primeiros contactos com o Ensino Superior.

Uma vez que ainda são muito escassas as práticas educativas associadas a esta capacidade, pretende-se contribuir para a conceptualização e operacionalização da definição de resiliência, capacidade que entendemos como promotora da saúde individual, através da construção de um modelo dinâmico neste constructo, possibilitando maior conhecimento sobre processos subjacentes. Como Staudinger, Marsiske e Baltes (1995) referem, e ainda outros (Bandura, 2000, 1977), mais do que enfatizar o que gera problemas e como evitá-los (factores de risco ou de protecção - perspectiva clássica em resiliência), é necessário aperfeiçoar a identificação de condições que conduzam ao crescimento. Julgamos que com estes objectivos facilitamos a posterior educação em resiliência.

Construído o modelo, foi necessário clarificá-lo através da sua aplicação, identificando categorias das três dimensões, após a construção de um instrumento de avaliação que pudesse fazer o registo do grau qualitativo da resiliência diferencial do jovem adulto e da possível leitura de uma sua dinâmica, permitida pelo lapso de tempo decorrente entre as passagens dos instrumentos de avaliação, apontando assim para um estudo longitudinal.

Mais concretamente, passaremos a enunciar o enquadramento teórico e metodológico, bem como as questões de pesquisa e hipótese de trabalho.

- **Fundamentação teórica e metodológica: construtivismo-sistémico**

A escolha da temática centra-se na promoção da própria saúde e tem como objectivos a compreensão e medida da resiliência que julgamos diferencial, pelo que se colocam problemas e se opta por um plano de investigação longitudinal e prospectivo de auto-reflexões, mas também se encara a pessoa contextualizada e interactiva, em que se consideram os conceitos individuais como construídos numa mediação social e cultural, também com o investigador, possivelmente numa maior explicitação sobre significados e sua variação.

Estas opções também se equacionam num quadro de formação de profissionais de ajuda (*in* Schwab, 1995; Combs, 1971), caso particular da formação de educadores e/ou professores, população onde foi aplicado o estudo empírico, embora entendamos que possa ser estudada no humano em geral, como Kobasa e Grotberg o referem, o que é permitido pelo modelo,

em construção, proposto neste estudo. Este modelo também contempla uma evolução e/ou educação do resiliente, através de um trabalho mais intenso e extenso.

Assim, de um modo sucinto, vamos indicar a nossa fundamentação teórica do modelo e da sua operacionalização bem como da metodologia. Relativamente ao modelo e sua operacionalização, a Teoria existencial da ‘pessoalidade-envolvente’ vigorosa, que perspectivamos que se possa educar (baseada, na Teoria da personalidade *hardiness*, Kobasa e Maddi, 1977), de visão holística, é a nossa opção, tendo também, como referência, a visão científica da construção humana de Miranda Santos (1982 e 2004). Este enquadramento teórico é operacionalizado por Kobasa num só constructo, sistémico, de três dimensões (desafio, compromisso e controlo). Assim, para nós, a pessoa resiliente é a pessoa *hardiness*. A fundamentação é a desta investigadora, embora tenhamos introduzido uma maior riqueza na avaliação, o que será mais extensamente tratado aquando a exposição desta opção, no capítulo 2 (2.3).

A nossa fundamentação tem em conta a resiliência como um constructo dinâmico, cuja estrutura e intensidade pode variar (não de uma forma linear, com também os nossos dados indicam). Portanto, inclui a perspectiva da variação, da extensão ao longo da vida e da(o) diferença/desenvolvimento diferencial. Este último constructo inclui, para além do único que é cada indivíduo, também aquele cujas capacidades parecem ser/ter sido, de uma forma genética e social, fortemente coarctadas. A unidade de investigação é a resiliência do indivíduo-envolvente, em que a análise do funcionamento das ligações fechadas (e representações do si, dos outros e do mundo através do “working models”, Noam e Fischer, 1996) julgamos que vai ser clarificadora, considerando o grau da responsabilidade da envolvente variável, conforme o nível de consciência e o nível de vitalidade/acção da personalidade em causa.

Assim, uma concreta dignidade do ser humano, desde que é concebida, pelo código genético tem a possibilidade de se tornar humana, se tiver essencialmente uma concreta e apropriada interacção social (mas também física) (*e.g.*, Miranda Santos, 1996, 2004). Por outro lado, vamos considerar a sua resiliência como uma estrutura do seu desenvolvimento que se vai reconstruindo na interacção também social e, na perspectiva piagetiana, estendida ao longo da vida e de orientação interpessoal, em que se vão concretizando

padrões neurais que mais tarde são responsáveis por uma manutenção activa deste ser (natureza da resiliência), por percursos complexos, cumprindo calendários de maturação, prevenindo, mais do que se debilitando, mas também optimizando situações adversas, incluindo fases finais da vida e a pessoa diferente.

Utilizando a linguagem de Miranda Santos (2004), julgamos hoje que a articulação da dimensão biológica, da sociogénese, do desenvolvimento em interacção e da criatividade, mas também a concomitante adaptação, a imitação e a socialização são áreas de uma organização com representações a investigar. Na teoria da ligação, os “working models” devem ser ferramentas importantes para a sua interpretação (Noam e Fischer, 1996). Neste contexto, com a interacção social forte, parece-nos que os ganhos biológicos, na fase inicial de vida, e as perdas biológicas, na fase final, são vectores bem importantes para as vulnerabilidades e optimizações de vida (dependentes também da maturidade e resiliência pessoal, Noam, 1996). Contudo, o nosso modelo propõe que o calendário inicial de maturação da resiliência seja “mais generalizado” do que o final (este último mais fortemente dependente do percurso de desenvolvimento individual e, portanto, de natureza diferencial).

Esquema 1: Proposta da resiliência humana ao longo da vida

concepção	nascimento	+ 10 anos	3. ^a e 4. ^a idade	final de vida
	vitalidade intuitiva	vitalidade consciente	vitalidade tranquila	
resiliência biológica		inicial resiliência consciente	resiliência exigente (a)	

nota (a): perspectivamos que a resiliência seja sempre exigente (embora de diferentes níveis), mas, possivelmente em (a), poderá abranger mais áreas da vida individual (exigência “de banda larga”).

Para a fundamentação teórica e metodológica, considerámos a perspectiva construtivista sistémica, pois, além de ser adequada à fundamentação da pessoa *hardiness*, é bastante abrangente (Simões, 1996), servindo também para enquadrar a metodologia escolhida, com a utilização de (*self-report*) registos projectivos. De notar que na reflexão teórica sobre o constructo, de realce parcial sobre o mesmo, também fazemos outras opções, com alguns riscos: por exemplo, a utilização de uma outra linguagem, a da neurociência. A este propósito, queríamos aqui referir que inicialmente não a prevíamos, mas foi uma linguagem que se foi tornando clarificadora. Julgamos que terá futuramente uma

articulação mais directa com a linguagem do funcionamento psicológico, segundo também o modelo de Magnusson, que a designa como *a general model of homo and society* (1996), cujas linhas gerais expõe no Simpósio Nobel, organizado por si e outros investigadores. Nesta perspectiva, mas com uma diferente utilidade e uso, também incluímos outras perspectivas psicológicas, como a investigação de Block e Caspi e outros. Foi então possível verificar a resiliência ao longo da vida, que é útil para a comunicação com um público diversificado, sublinhando-se então o facto da nossa avaliação se centrar numa estrutura interna, cognitiva, que subjaz ao constructo em estudo.

Construtivista-sistémica

Numa epistemologia construtivista, aceita-se que o modo do humano conhecer coloca a pessoa perante a envolvente, permitindo a sua compreensão activa e constante, dando-lhe um sentido, representando-a e interpretando-a simbolicamente, objectivo que está sempre em construção, e nega-se a possibilidade do acesso directo a essa mesma realidade, cuja busca é necessariamente falível e limitada. Esta descrição constitui uma matriz de pressupostos comuns no mundo científico, à qual estão associadas versões que se vão actualizando historicamente. Neste processo de conhecimento individual, o construtor deste conhecimento tem assim um papel fundamental, mas que só se concretiza mediante uma interacção mediada social e culturalmente e, portanto, o outro tem também um papel determinante (Neimeyer e Neimeyer, 1993). Esta óptica pode considerar-se inserida num construtivismo radical (von Glasersfeld, 1991), integrando quatro ideias chave (as representações do mundo não são comparáveis com o que representam; a verdade científica pode ser substituída por uma função instrumental de gestão da própria experiência; existe o pressuposto de que os elementos dessa experiência individual são considerados “factos” e que os processos podem ser “moldados” numa mediação social e cultural; e considera-se “(...) a ideia de adaptação, a partir do quadro conceptual da teoria da evolução, aplicando ao domínio do cognitivo conceitos como o de variação, selecção, adaptação e viabilidade” (Simões, 1994). Nesta perspectiva encontra-se a visão de Miranda Santos (1996, 2004), que particularmente organiza o nosso quadro de referência teórico sobre a construção do humano, do seu conhecer e do seu evoluir.

Também a opção construtivista fundamenta a dinâmica e/ou evolução cognitiva num princípio de diferenciação estrutural. Assim, é aceite a complexificação, globalização e integração dos processos cognitivos (levando também à hierarquia de constructos), socialmente mediada com a sua evolução e/ou substituição ao longo da vida. Nesta perspectiva, em finais do século XX, a reflexão teórica levou o movimento sistémico² a evoluir no sentido dos significados, dando particular ênfase à construção da acção humana “(...) em termos de mitos, das premissas ou dos sistemas de crenças comuns e a valorizar o contexto, em termos da sequência de comportamentos nos quais o significado da acção assume uma função homeostática para perpetuar o sistema” (Simões, 1994; von Glasersfeld, 1991). Esta é também a base da nossa operacionalização.

- **Questões de pesquisa**

Será possível uma avaliação holística em resiliência de jovens adultos portugueses? Que mecanismos pessoais são possíveis perante a adversidade quotidiana? As hipóteses concretizaram-se do seguinte modo.

Relativamente à 1.^a questão:

- 1) Existe a possibilidade de construção de um modelo holístico (baseado na investigação de Kobasa, Grotberg), a partir do qual avaliamos a resiliência quotidiana, explorada no jovem adulto;
- 2) A operacionalização geral da resiliência é cientificamente possível, após um aprofundamento teórico, ao realizar um estudo exploratório em 3 fases: 1.^a fase - aprofundamento teórico, escolha de instrumentos e construção de novos. A leccionação da disciplina de Educação para a Saúde, com o levantamento de situações reais de marginalização social, é o contexto onde se constrói a experiência do difícil; 2.^a fase- aplicação de instrumentos analisados numa centena de jovens adultos num ponto de viragem do seu desenvolvimento, ao entrarem no Ensino Superior; concomitante leitura em resiliência da auto-expressão da linguagem resiliente de Grotberg (por aplicação do instrumento elaborado), com a construção de subdimensões, dos indicadores respectivos e sua hierarquização (de contribuição para a respectiva subdimensão); 3.^a fase, com optimização da especificação da avaliação num estudo de casos, longitudinal e prospectivo, aplicando e construindo outros instrumentos de avaliação complementar; ao

operacionalizar a resiliência (no referido estudo de casos - 3.^a fase do estudo), é possível fazer uma leitura da absorção (em diferentes graus) de impactos negativos quotidianos;

3) É possível e torna-se útil a operacionalização do constructo de resiliência utilizando a extensão da avaliação em *hardiness* de uma relativamente simples diferenciação do grau de inserção social, numa subdimensão do Compromisso, no Compromisso social;

4) Na operacionalização do constructo em estudo, a característica intrínseca da flexibilidade estará absorvida essencialmente na dimensão do Desafio.

Relativamente à 2.^a questão, põem-se as seguintes hipóteses:

1) Há, pelo menos, um processo lógico, atribuído a cada percurso quotidiano em estudo, que abarque a respectiva e múltipla autodescrição;

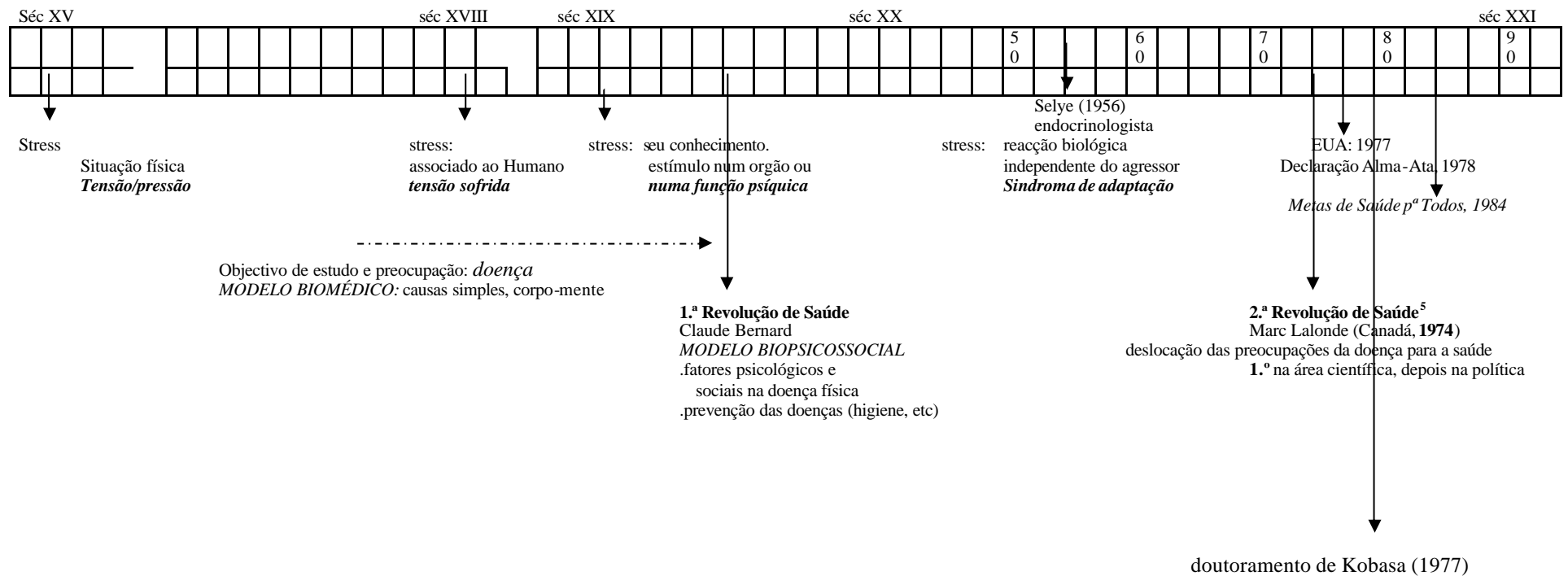
2) Esses processos são diferenciais (razão da escolha aleatória da amostra).

- **Âmbito: Educação para a Saúde/Doença**

No Ensino Superior, a Formação Inicial na área da Educação para a Saúde tomou conhecimento nos anos 90 (1993), via Ministério da Educação, da Carta Europeia de um Programa Mínimo de Educação para a Saúde, que reconhecemos hoje como sustentado pelos 4 pilares do ‘campo de saúde’, ‘*health field concept*’³, definido este por Lalonde (1974) como o campo da/o: biologia humana, meio ambiente, estilo de vida e organização dos cuidados de saúde (*health care organization*).

Em 1974, Marc Lalonde foi Ministro da Saúde e do Bem-Estar⁴ do Canadá e publica um relatório, “A New Perspective on the Health of Canadians”, documento este “(...) *que é considerado um referencial histórico para a nova maneira de conceber saúde e as doenças (...), sendo um primeiro marco do impacto público das mudanças e da consciência política*” relativa ao universo da Saúde (McIntyre, 1994). Esta nova perspectiva é apelidada por Richmond (1979) como a 2.^a Revolução da Saúde, cujo momento está registado no “Esquema 2: Cronologia no domínio da saúde/doença”, que se segue.

Esquema 2

Cronologia no domínio da saúde/doença: *stress*, doença, saúde/doença, 1.ª e 2.ª Revolução de Saúde

Nesta 2.^a revolução de saúde, a principal alteração conceptual consistiu na deslocação das preocupações do constructo de ‘doença’, dominante desde o advento da medicina científica, para o de ‘saúde’ (Pais Ribeiro, 1994). Como este investigador salienta, a alteração iniciou-se primeiramente na área científica e posteriormente na política. As 3 situações apontadas para a emergência desta nova era foram as seguintes: 1.º, a tomada de posição pública no Canadá; 2.º, um estudo de 1977 do estado de saúde da nação nos EUA, reflectindo preocupações governamentais idênticas às do Canadá, com conclusões públicas em 1979, ficando conhecido pelo relatório de Richmond (1979) “*Health People: The Surgeon General’s Report on Health Promotion and Disease Prevention*”; 3.º, a adopção, pela OMS, da *Declaração de Alma-Ata* (1978), definindo um conjunto de objectivos da Saúde e estratégias para a sua operacionalização mundial, subordinadas a princípios aceites por esta organização internacional, em Maio de 1977⁶, resultando no documento “*Metas da Saúde para Todos*” (1984), com tradução portuguesa em 1986.

A doença foi objecto privilegiado de estudo e intervenção na Medicina e Ciências Biomédicas, reflectindo, até meados do século XIX, “(...) *uma concepção de doença e saúde baseada num modelo dualista de corpo-mente, numa visão simplista de causalidade e numa intervenção centrada no perito de saúde*” (McIntyre, 1995).

Principalmente com Claude Bernard (1865), este *modelo biomédico* evoluiu para um novo, que passa a reconhecer a influência dos factores psicológicos e sociais na doença física bem como na prevenção das doenças, como, por exemplo, os cuidados de higiene (Engel, 1977). É o *modelo biopsicossocial*. Estava assim dada a primeira grande alteração no domínio da saúde, a 1.^a Revolução de Saúde (Pais Ribeiro, 1995), também assinalada no “Esquema 2, Cronologia no domínio da saúde/doença”.

Referenciados os dois saltos da visão e acção sobre a saúde/doença, iríamos agora explicitar algo relativo ao actual período do virar de século. Dois conceitos centrais, específicos e inovadores da 2.^a Revolução, são a promoção de saúde e do estilo de vida⁷, tendo este último conceito acabado por não ser empregue devido à leitura comportamentalista de que tinha sido alvo. Passou-se à utilização do termo ‘*Personal Skill*’, empregue na Carta de Ottawa (1986). Note-se que, sobre a promoção da saúde, este último documento é fundamental.

Nesta perspectiva do ‘*Personal Skill*’, o indivíduo inserido socialmente é visto como um todo, uma síntese complexa das suas múltiplas dimensões, perspectiva sistémica, perfil este

que se reflecte nos fenómenos da saúde e da doença. Estes fenómenos são considerados como processos dinâmicos e explicados por multicasualidade, que assenta agora numa visão do sujeito da saúde e da doença como agente dos seus próprios estados relativos ao binómio saúde/doença, sendo portanto responsável pelos processos de procura, recuperação, manutenção e crescimento da saúde, fundamentação expressa por Taylor (1990). Este modelo implica interdisciplinaridade com outros campos do Saber e do Agir, em que as respectivas responsabilidades partilhadas não podem ser despenalizadas. McKeown, médico demógrafo, já em 1972 afirmou e demonstrou que “(...) *as melhorias da saúde no passado foram devidas, principalmente, à modificação do comportamento e à mudança no ambiente, e é para estas influências que devemos olhar em especial tendo em vista futuras melhorias*”. O movimento das cidades saudáveis⁸ do fim do século, mas também as consequências da investigação em genética, a OMS e a actuação da rede mundial dos sistemas de saúde neste início de novo século, considerando sempre o papel da responsabilidade individual, são disso exemplo. Estamos então na direcção dos 4 pilares do campo da saúde, inicialmente referidos, atentos ao que a globalização nos propõe⁹.

Está assim enquadrada a justificação da urgência da Educação para a Saúde do cidadão promotor da sua própria saúde. Esta urgência relativa ao cidadão pode ser ligada teoricamente com a formação do formador, *e.g.*, na concepção personalista do formador/educador.

Põe-se agora a questão de como estudar e avaliar as configurações de personalidade. A evolução das perspectivas de avaliação dos factores das configurações de personalidade com a respectiva dinâmica actual de investigação, “(...) *que ultrapassam os meros factores comportamentais*” (Pais Ribeiro, 1999), em que a unidade de investigação no estudo da personalidade é a interacção entre o indivíduo e o seu meio ambiente significativo e não a personalidade em si, assume que o comportamento em diferentes situações varia, enquanto, na perspectiva tradicional, se apresenta estável. Para além disto e, segundo Frenandez-Ballesteros (1994), há a própria fusão das perspectivas comportamentais e cognitivistas. As técnicas de análise na investigação também evoluem, e, tendo em conta outras linhas de investigação estendidas ao longo da vida, bem como o desenvolvimento biológico e psicossocial, formam-se aguçadas curiosidades e perspectivas questionáveis, mesmo num mundo industrializado. Parece, neste momento, ser muito utilizado o *Five Factor Model*, *FFM*, e/ou o *Big Five*, *B5*, correspondendo à ponta do icebergue de uma descrição

consensual da personalidade (Pais Ribeiro, 1999). Parece existir consenso sobre os 5 factores: (N) controlo emocional/neuroticismo, (E) extroversão, (O) abertura a novas situações, (A) amabilidade, (C) consciência/resolução de problemas. Esta perspectiva traduz-se numa referência aplicada a inúmeros domínios (e que se encontra no anexo 1).

Vejamos agora o domínio do bem-estar subjectivo. No âmbito do binómio saúde/doença, o constructo do bem-estar subjectivo é central na existência humana (Staudinger *et al.*, 1999) e a Psicologia, a Antropologia e a Sociologia trabalham no sentido da sua melhor compreensão. Diener e seus colaboradores, Csikszentmihalyi, Ryff e equipas de investigação, têm um amplo trabalho no campo da teorização e da avaliação destas linhas de investigação. No nosso modelo, o bem-estar, subjectivo e activo, também é um indicador do Compromisso Pessoal.

Podem considerar-se dois modelos de bem-estar subjectivo: o “*bottom-up*” e o “*top-down*”. O 1.º, (Campbell *et al.*, 1976; Smith *et al.*, 1999) postula que o bem-estar subjectivo depende directamente das condições de vida objectivas e das avaliações subjectivas (*e.g.*, indicadores de auto-regulação); o 2.º (Costa *et al.*, 1981) postula que os indivíduos estão predispostos a reagir de um modo positivo ou negativo a partir da dimensão do neuroticismo (N) e da extroversão (E) (Staudinger *et al.*, 1999).

Através dos 2 modelos de bem-estar subjectivo (o *bottom-up* e o *top-down*) e da teoria do estudo do humano ao longo da vida, considera-se a influência de 3 factores que explicam este constructo global: o campo socioestrutural, as características da personalidade e o sistema de auto-regulação (Staudinger *et al.*, 1999). O peso do campo socioestrutural parece ser pequeno relativamente aos outros dois factores, desde que as necessidades básicas existenciais estejam asseguradas (Dinner e Dinner, 1996) e, em estudos com estudantes universitários (Neto *et al.* 1990; Neto, 1999), na escala de satisfação com a vida (SWLS)¹⁰, chega-se à mesma conclusão. Baltes e colaboradores (Staudinger *et al.*, 1999), ao retirarem dados de um estudo mais alargado em duas populações, alemã e americana (uma amostra de 4007 indivíduos), verificaram a seguinte semelhança geral entre os dois países: grande contribuição da configuração da personalidade e do controlo pessoal relativamente ao sistema socioeconómico, relembrando estes autores que esta última análise tem sido bastante estudada e revela coerência de resultados.

Note-se que o constructo bem-estar subjectivo apresenta dois domínios: o bem-estar global e a saúde física subjectiva. Verifica-se também a ligação directa desta última dimensão

com o controlo pessoal e do bem-estar global com o padrão de personalidade. Também, no referido estudo de grande extensão, os resultados aproximam os EUA e a Alemanha. No entanto, em pormenor, verifica-se que a cultura de cada país prediz algumas variações de leitura interessantes, em termos educativos, sendo de realçar a maior estruturação da sociedade alemã e os maiores índices da contribuição do controlo pessoal para a saúde física subjectiva (tendo como indicadores o controlo, na saúde e no trabalho, bem como o investimento, na saúde e trabalho), tanto no estudo com adultos como com crianças (Myers e Dinner, 1995). É também de ter em conta o trabalho de Grotberg (1995) em que, na estruturação pessoal e na educação em resiliência, o adquirir regras é factor trabalhado em crianças.

No entanto, para o modelo mais realista do bem-estar subjectivo, Staudinger Fleeson e Baltes (1999) propõem integrar os dois modelos, tanto o “*botton-up*” como o “*top-down*”, com uma leitura intra e uma inter-individual. De notar que Myer e Dinner em 1995 referem que “(...) *a satisfação é uma matéria que tem menos a ver com a obtenção do que se quer do que com o querer o que se tem*”.

Os resultados do estudo de Baltes e outros investigadores (Saudinger *et al.*, 1999) apontam para a existência de diferenças no nível da saúde física subjectiva, nas duas populações estudadas, ainda que haja semelhança na amplitude do bem-estar global. De notar que a extroversão (E) e a abertura a novas experiências (O), no FFM/B5, têm uma construção positiva para o bem-estar global, e o neuroticismo ou falta de controlo emocional (N), uma contribuição negativa (no modelo “*top-down*”).

Para o nosso estudo são de realçar os dois domínios, notando que os indicadores utilizados pelo estudo de Baltes e outros investigadores (Staudinger *et al.*, 1999) implicam a leitura do FFM/B5 (McCrae e Costa, 1983) e do desenvolvimento global do bem-estar e crescimento pessoal ao longo da vida, de Ryff (1989, 1995) (através da autonomia, domínio da envolvente, crescimento pessoal, relações positivas, objectivo de vida e auto-aceitação).

Quanto às características da auto-regulação, estas são consideradas um elemento efectivo de funcionamento pessoal que facilita a saúde física subjectiva, corroborando a perspectiva do núcleo da adaptação (Bandura, 1997), associando-se à reflexão, ao esforço e às convicções sobre o controlo percebido.

Finalmente, sublinhamos que o suporte e manutenção do bem-estar, face à adversidade, parecem estar correlacionados com o controlo psicológico de domínio específico, mas também geral (Baltes, 1986; Seligman, 1991; Skinner, 1995). Para controlos difíceis¹¹, “(...) *Quando as necessidades da vida não podem ser atingidas ou se tornam ameaçadoras, o poder protector ‘do investimento pessoal na vida’ emerge, com redução dos níveis de investimento e aumento na selecção desse mesmo investimento associado a maiores níveis de bem-estar, tornando-se operativa e portanto preditiva*” (Staudinger *et al.*, 1996, 1999).

- **Contexto Temático: Promoção da Saúde. Plasticidade/Desafio: uma Dimensão.**

“Resiliência é um conceito novo de uma realidade antiga que está muito na moda”: esta é a frase introdutória do nosso primeiro artigo sobre a realidade a explorar (Tavares e Albuquerque, 1998). A definição porque optámos foi “(...) *resiliência é a capacidade universal que permite a uma pessoa, grupo ou comunidade, prevenir, dominar ou otimizar a adversidade, desafiando-a*” (Tavares e Albuquerque, 1998).

Tavares referia então que “(...) *resiliência deriva do verbo latino resilio (re+salio) com as acepções seguintes: ‘saltar para trás’, ‘voltar, saltando’ (...) dando a ideia de uma acção que se desenvolve a partir de algo ou alguém que possui uma elasticidade, uma flexibilidade que lhe é própria e é susceptível de se activar, incrementar e robustecer*”. É uma designação que a engenharia da resistência de materiais utiliza, trazida para a psicologia e estendida actualmente a muitos outros campos (Manciaux, 1999; Tavares e Albuquerque, 1998).

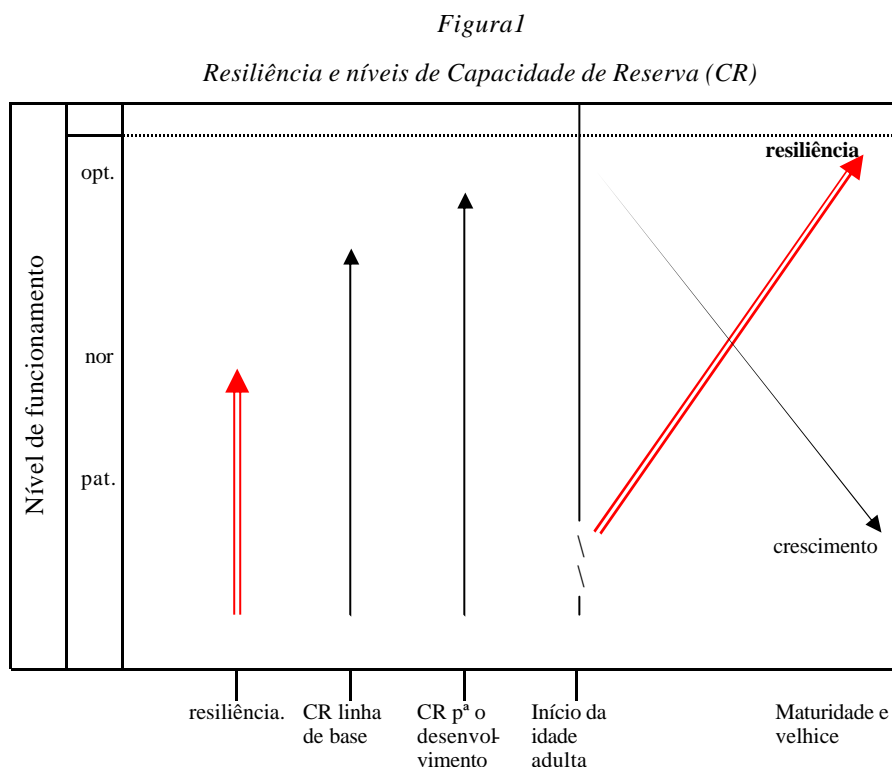
O modelo do novo salto da bola, no campo da interacção física - com a respectiva flexibilidade; o conceito de plasticidade de Baltes e colaboradores (Staudinger, Marsiske e Baltes, 1995); e o conceito de flexibilidade de Block e Block (1981) da egoresiliência, que flexibiliza o egocontrolo, são conceitos-chave para erradicar a rigidez que o início da

investigação neste domínio pode apontar e que a própria designação de protecção (factores ou mecanismos de protecção)¹² também pode acalentar¹³. Dizíamos anteriormente (Albuquerque e Tavares, 1999) que se podem considerar 3 binómios associados à perspectiva mais *tradicional* ou à visão *mais actual* no campo de investigação em resiliência, a saber: resistência/resiliência, rigidez/flexibilidade e defesa/desafio. Foi sempre esta a nossa opção de estudo, ao propormos o desafio como dimensão a integrar na avaliação deste constructo através do modelo de Kobasa/Ouellette (Albuquerque e Tavares, 1998).

Uma rápida resenha histórica, posteriormente mais expandida, indica, por exemplo, a ‘*invulnerabilidade*’ como o conceito/designação aplicado a uma capacidade posteriormente apelidada de resiliência. Em 1974, Anthony toma consciência de uma situação não esperada: a inocuidade de crianças perante o risco! Designa então as crianças como invulneráveis e invencíveis. Werner e Smith (1982) referem-nas como vulneráveis mas invencíveis, e Garmezy (1985) é talvez o responsável pela introdução desta designação e constructo em psicologia, que acreditava ser dinâmico¹⁴ (Rutter e Rutter, 1992). *Vulnerabilidade* e *resiliência* são dois conceitos que parecem trazer uma expansão para o trabalho de investigação em risco/protecção. De referir que Rutter e Rutter (1992) consideram os mecanismos de vulnerabilidade e de protecção como influências na investigação da diversidade de desenvolvimentos do humano, e de notar também a sua posição relativamente à *compensação* e *plasticidade*. Continuando com os mesmos autores e considerando o processo de desenvolvimento no seu todo, “*este está organizado para promover a adaptação e a compensação*” (*idem*). Os limites da plasticidade neural da compensação e outra adaptação biológica e psicológica precisam de ser compreendidos e apreciados “(...) mas o facto de existirem (diferentes tipos de plasticidade) constitui o elemento *mais importante* envolvido no desenvolvimento” (*idem*).

O que nos interessa abordar é uma ligação entre a plasticidade e a resiliência. Assim, a plasticidade, segundo Staudinger, Marsiske e Baltes (1995), é um constructo bem trabalhado na perspectiva humana ao longo de toda a vida, principalmente os seus limites e oportunidades. Então, com estes autores, consideremos os três níveis de desenvolvimentos (o patológico, o normal e o optimizado), bem como as duas principais metas do mesmo, que são atingir os níveis mais altos de funcionamento (crescimento) e evitar resultados negativos (com a função de manutenção bem como a de recuperação de traumas), (ver, a

seguir, “Figura 1: Resiliência e níveis de Capacidade de Reserva”). Como Baltes e colaboradores referem, para além do que se realiza, a pessoa pode otimizar o impacto da adversidade através do que designam pelas suas capacidades de reserva (CR) (da mesma Figura 1).



Segundo Staudinger, Marsiske e Baltes (1995), no fim do seu artigo, a resiliência diz respeito à manutenção e recuperação do seu funcionamento normal (nor). A capacidade de reserva (CR) é útil ao crescimento ulterior e ao alcance de níveis ótimos (ópt) de funcionamento (à esquerda). Na velhice existe menor disponibilidade de reserva de capacidade. É possível, porém, activar reservas para evitar os efeitos negativos ou patológicos (pat.) das perdas causadas pelo envelhecimento (à direita).

fonte: Staudinger, Marsiske e Baltes, 1995

Portanto, a estes investigadores, e no contexto das capacidades de promoção da própria saúde, do “*personal skill*”, ainda lhes foi útil considerar as capacidades de reserva de base e as capacidades de reserva para o desenvolvimento, entendendo que as primeiras estão associadas à optimização do desempenho *actual* e real, e as últimas ligadas à introdução de uma optimização que possa ser realizada aumentando as suas competências, ou seja, uma optimização que tenha em conta a possibilidade de desenvolvimento futuro. Este último

conceito está descrito, por alguns autores, como o campo da concretização da função educativa (Dewey, 1980 ; Ralha Simões, 1998; Staudinger *et al.*, 1995; Tavares, 1980).

E, na fundamentação teórica da Dimensão da Plasticidade/Flexibilidade, continuamos a realçar Staudinger e outros (1995), quando registam que a resiliência é um tipo de plasticidade e que “(...) *Do nosso ponto de vista, existe substancial sobreposição entre as definições de resiliência e a de capacidade de reserva para o desenvolvimento (...) [N]a velhice, dada a variação da relação entre ganhos e perdas, é necessário investir mais nas capacidades de reserva [para a manutenção], e estas tornam-se cada vez menos disponíveis para apoiar o crescimento*” (também pelo decréscimo de capacidade biológica, como anteriormente foi referido).

Quanto ao nosso modelo, e no contexto da investigação e promoção da própria saúde, ‘personal skill’, sublinhamos que a plasticidade, sob a forma de Desafio, é a nossa opção sobre uma das três dimensões do constructo de resiliência (as outras duas são: o Compromisso [Pessoal e Social] e o Controlo [*locus* e controlo emocional e de tarefa]).

• **Jovem Adulto: Alguma Descrição por Factores**

Para além do estudo do bem-estar em estudantes universitários atrás referido (Neto *et al.*, 1990; Neto, 1999) e do “AutoConceito” (AC) também em jovens adultos com itens de Block (Block *et al.*, 1991), passaremos a indicar alguns factores estudados em jovens adultos, comparados com idades avançadas, podendo levar a mecanismos de risco ou de enriquecimento conforme a situação particular, registados no Quadro 1: Descrições Parciais do Perfil do Jovem Adulto.

Embora em aberto (Staudinger, Marsiske e Baltes, 1995), parece ser possível verificar que, no jovem adulto e entre as suas metas e prioridades, se regista: a felicidade (Dittmann-Kohli, 1991); a realização, revelada em estudos do bem-estar de Ryff (1989); a comparação social no jovem adulto (Ryff, 1991; Suls e Muller, 1982). De notar a revisão de vida integradora¹⁵ também como um recurso para a recuperação e equilíbrio psicológico, importante em diferentes níveis etários (Wong e Watt, 1991). Relativamente à perspectiva dos traços da personalidade, trata-se de uma área de investigação em evolução (Pais Ribeiro, 1999). Dados relativos a estádios de desenvolvimento, na comparação do jovem adulto com o mais idoso, parecem apontar para a existência de menores níveis de

auto-aceitação¹⁶ e actuação mais concordante com os seus próprios sentimentos (Ryff, 1991; Reifman, Klein e Murphy, 1989).

Em educação, e portanto numa preocupação com uma optimização do funcionamento do humano, é crucial encontrar a óptima discrepância entre o real e o ideal para o envolvimento/fracasso (Staudinger *et al.*, 1995). No gerir emoções e relativamente à sua compreensão e controlo, parece existir uma menor habilidade no jovem adulto (em relação ao idoso), (*e.g.*, Staudinger, 1989). Na classificação através do nosso modelo, o controlo emocional é um indicador com alta classificação (mostrando-se crítico/discriminante). De notar que Baltes e colaboradores (1995) referem que, em idosos, com o modelo de Lazarus (1993), a intensidade e a expressão das emoções diminui, mas a habilidade para gerir a emoção parece ser mantida, pois depende também do maior autoconhecimento, conhecimento da vida e alteração de valores e compromissos. No jovem adulto, os mecanismos de *coping* adoptados parecem ser mais assimilativos, de menor variedade de estratégias de *coping* e de menor distanciamento da realidade (enquanto no idoso, são mais acomodativos e com variações, entre outras, de prioridades e de metas) (Addwin, 1991; Braudstadter e Renner, 1990; Staudinger, 1993). No jovem adulto, as estratégias assimilativas compreendem também metas preestabelecidas, mesmo que não realizáveis.

Para o idoso, foi definido o modelo de velhice bem-sucedida e a optimização do desenvolvimento¹⁷ a partir de três mecanismos: selecção, optimização e compensação.

Neste sentido, Staudinger e outros investigadores (1995) propuseram uma optimização selectiva com compensação, através “(...) *da decisão/acção de aceitar a perda (funcional ou não); de reorientar a própria vida*¹⁸; e *de lutar*”. Julgamos ser um passo muito importante na investigação no idoso, mas não só, pois *reflexões sobre optimização* são sempre relevantes, desde que bem definidos os contornos e os contextos. A todos estes aspectos, Staudinger e colaboradores apelidaram de processos de *auto-regulação* e de aperfeiçoamento (*idem*).

Especificamente no jovem adulto do ensino superior, há o estudo, por exemplo, de Pereira (1998). Na investigação, foi fornecido aconselhamento, por pares e em linha telefónica nocturna, ao estudante apelante, e construída uma taxonomia das necessidades deste último.

Quadro 1: Descrições parciais do perfil do jovem adulto, relativo a outros níveis etários

Metas e prioridades				
<div>Nível etário</div> <div>(designações utilizadas)</div> <div>investigadores</div>	Jovem	jovem adulto	idoso	3.ª idade
Dittmann-Kohli, 1991	felicidade		contentamento	
Ryff, 1989	realização			saúde e aceitação da mudança
Ryff, 1991; Suls e Muller, 1982		comparação social	comparação temporal	
Wong e Watt, 1991	revisão de vida integradora recurso para a recuperação e equilíbrio psicológico, em diferentes níveis etários			
Pais Ribeiro, 1999	Descrição da personalidade (em estudo): Factores			
Ryff, 1991	menor nível de auto-aceitação			
Reifman <i>et al.</i> , 1989	actuação mais de acordo com os seus sentimentos; envolvimento mais fácil em actividades		Actividade favorável ao desenvolvimento em maiores transições da vida adulta; envolvimento em actividades é menos fácil	
Cross, <i>et al.</i> , 1991	maior desfasamento entre o <i>self</i> real e ideal		menor	
	Habilidade p ^a gerir emoções (compreensão e seu controlo exterior)			
Staudinger <i>et al.</i> , 1989	menor		mantida (maior autoconhecimento; maior conhecimento da vida; maior variação de valores e compromissos)	
	Intensidade da expressão emocional			
Baltes, 1995	maior		menor	
	Estratégias de coping			
Baltes, 1995 e Lazarus, 1993	menor variação de estratégias		maior variação de estratégias	
Addwin, 1991	menor distanciamento da realidade + assimilativas: compreendem metas pré-estabelecidas, mesmo que não realizáveis		maior distanciamento da realidade; + acomodativas; variações de prioridades e metas	
Heckhausen <i>et al.</i> , 1995	Controlo primário, C 1.º		optimização entre o C1.º e o C2.º	
	Educação para o envolvimento com o fracasso			
Staudinger <i>et al.</i> , 1995			ótima discrepância entre o <i>self</i> ideal e o real	
A. Pereira, 1998; Staudinger <i>et al.</i> , 1995	Taxonomia das necessidades (<i>self</i> e as suas necessidades [inter-individuais, intra-pessoais]); aconselhamento, por pares, ao jovem adulto apelante		Velhice bem sucedida e optimismo do seu desenvolvimento (*selecção; optimização e compensação) optimização selectiva com compensação	

A taxonomia é “(...) *focalizada no self e suas necessidades*” (*ibidem*). As necessidades foram consideradas como inter-individuais “(...) *subdivididas no nível académico e individual*” e intra-individuais, com especial relevo para os significados e acções de curto e longo prazo. Há assim a perspectiva da necessidade de autofocagem, de controlo da acção e de inter-relação.

Também no nosso modelo há a subdimensão do compromisso pessoal, do social e o controlo de tarefa.

Foram apresentados alguns dados do funcionamento ao longo da vida e em especial no jovem adulto, resumidos no Quadro 1. Foi uma leitura de referência a outros níveis etários, mas de factores esparsos. Torna-se necessário e propomo-nos avaliar a resiliência de cada jovem adulto de um modo sistémico através de modelos dinâmicos, possibilitando a sua própria reflexão sobre uma capacidade saudável que, para nós, tem a possibilidade de evoluir e poder ser melhorada. Com este objectivo passamos à abordagem teórica nas duas restantes dimensões.

CAPÍTULO 1

CAPÍTULO 1

Abordagem Teórica

Este capítulo está estruturado de modo a abordar duas das dimensões, mas também subdimensões e respectivos indicadores da operacionalização para o jovem adulto do Modelo de Avaliação em Resiliência desenvolvido neste trabalho. São referências teóricas de diferentes ângulos científicos e perspectivas parciais sobre o constructo, mas que clarificam pontualmente e nos têm sido úteis. Esta óptica engloba modelos e teorias associados à *dimensão do Controlo* (subdimensões: *locus* de controlo e o controlo emocional e de tarefa) e à *dimensão do Compromisso* (subdimensões: compromisso pessoal e compromisso social), explorados em duas das três subsecções do capítulo.

A abordagem teórica far-se-á através da análise do controlo de uma situação e da emoção e sua regulação, em que nos vamos servir de modelos bem como das suas aplicações. O Modelo de Regulação Vital e de consciência de Damásio são referências importantes assim como é reflectido o Modelo da Emoção e seu Controlo de Eisenberg e colaboradores. Estes últimos sublinham a necessidade de inclusão da interacção social no constructo da resiliência e o conhecimento sobre *working models* propõe tipos de ligação significativos nas relações humanas. Ao debruçarmo-nos sobre o controlo, vamos utilizar o Modelo dos Dois Processos de Controlo, de Rothbaum, bem como a sua aplicação ao longo da vida, de Heckhausen e Schulz, juntamente com a aplicação da Teoria da Eficácia Percebida de Bandura. Apoiados nestes modelos teóricos, perspectivamos alguns indicadores do nosso modelo e constructos mais englobantes como o controlo, a adaptação, a flexibilidade e o desenvolvimento, o autoconhecimento e sua valoração, o bem-estar subjectivo, a actividade, o controlo emocional, a competência social, a auto-reflexão construtiva e a não construtiva, a *ruminação*. Realizamos assim o *I e II Enquadramento de Conceitos*.

Inicia-se o capítulo através de uma diferenciação de conceitos, subsecção em que é introduzido um novo, *os mecanismos de optimização*, de modo a separar visões proteccionistas das desafiantes, onde a educação se insere. É também feito um sublinhado sobre a natureza da resiliência, considerando-a como a humana manutenção da actividade com diferentes graus de adequação e de consciência.

1 ABORDAGEM TEÓRICA

1.1 *Perspectiva Inicial e Diferenciação de Conceitos*

Neste aprofundamento teórico não se pretende propor alternativas de definição de resiliência, mas, principalmente, identificar aspectos teóricos para a construção de referenciais englobantes possibilitando a coerência e consistência de um seu modelo e classificação, bem como, perceber e justificar a presença de indicadores encontrados como relevantes numa operacionalização que parece ter-se mostrado discriminante/crítica na avaliação das variações quotidianas neste constructo.

Na revisão final de literatura¹⁹ encontramos dois artigos interessantes que são de ter em conta para futuros trabalhos e discussão com os autores (Pesce *et al.*, 2005; 2004), mas para a classificação em resiliência optou-se pelas dimensões de *hardiness* de Kobasa/Ouellette (1982) (desafio, compromisso e controlo). A justificação para a escolha destas categorias na obtenção do nível atingido no constructo em estudo através desta investigação em *hardiness* é a seguinte: 1.º, traduz uma investigação de um só factor com uma perspectiva global²⁰ em processos saudáveis de sucesso ou, pelo menos, de manutenção com recuperação num período de cinco anos com situações difíceis (Kobasa *et al.*, 1979; Kobasa, 1982; Ouellette *et al.*, 2001); em 2.º, Kobasa é muito citada em trabalhos científicos em resiliência (Social Sciences, 1998); por último, as dimensões contêm o domínio do desafio, em que o aspecto da flexibilidade está inserido, importante ao ter-se, como posterior objectivo, a educação em resiliência (Kobasa *et al.*, 1979; Ouellette *et al.*, 2001), mas também inerente ao próprio conceito e processo de impacto. Em 2.3.1 faremos mais algumas considerações no sentido da inclusão de uma dinâmica, que o constructo com estas dimensões pode abarcar, bem como a extensão mais explícita a um compromisso social, a abordar neste capítulo. De notar o seguinte: a escala que, no Rio de Janeiro é adaptada aos alunos da cidade, é referida como “(...) medindo níveis psicossociais positivos em face de eventos de vida importantes (...em que o próprio autor

do instrumento revela o facto de que) este não possui questões para avaliar teoricamente (a) baixa resiliência” (Pesce *et al.*, 2005).

Pelo nossa parte, neste *II Enquadramento de Conceitos* (1.3), realizar-se-á então a abordagem teórica sobre aspectos e indicadores do referido Compromisso Social, bem como do Compromisso Pessoal (subdimensões da Dimensão Compromisso) para os quais o constructo de autoconhecimento claro é charneira (Campbell *et al.*, 1996).

Para a identificação de aspectos relevantes e na complexidade e desenvolvimento do que somos, vamos considerar o binómio humano-envolvente, nas vertentes de actividade, consciência e sociabilidade. Salientamos que Tapp (1985) contrapõe *helplessness* a *hardiness* de Kobasa/Ouellette e investigadores, sendo três os critérios do constructo de *helplessness* de Seligman e colaboradores: inadequada passividade, má história de controlo e de mediação cognitiva (Peterson *et al.*, 1995), representando um extremo de uma menos saudável interacção com a envolvente. No binómio humano-envolvente e no desenvolvimento e percursos de realização inerentes ao humano (Ralha-Simões, 2003) e na construção sociogénica, este ser activo consciencializa-se atingindo diferentes graus nos três parâmetros de Seligman. Para a fundamentação teórica e nesta grande complexidade, com alguns autores (*e.g.*, Damásio, 2001; Rothbaum *et al.*, 1982; Ouellette *et al.*, 2001; Dewey e Bentley, 1949; Heckhausen e Schulz, 1995) vamos considerar: o ser psicológico, incluindo os processos biológicos que lhe são úteis e que assim continuam a existir como resposta; o significado humano e o papel da emoção e do seu controlo (1.2.2), que se sublinha, num ser dinâmico²¹ que tem de existir numa banda muito estreita de variações; bem como o modelo dos dois processos de percepção do controlo (1.2.3) na compreensão do sentir e gerir as suas possibilidades perante uma transacção com a envolvente, traduzido no controlo primário (C1.º) e no controlo secundário (C2.º), funcionalidade e realismo. Neste *I Enquadramento de Conceitos* (1.2) surge-nos realçada a actividade (1.2.1), pois nela encontramos a Natureza da Resiliência: manutenção da actividade, em diferentes graus²². Falaremos assim das duas Dimensões da Resiliência: Controlo e Compromisso, fazendo o *Enquadramento de Conceitos*, parte *I e II*, ou seja, da teoria que fundamenta dimensões e indicadores da classificação em resiliência. Por outro lado, esta fundamentação teórica vai ser iniciada pela diferenciação de alguns conceitos e da análise sobre a evolução das unidades de investigação no desenrolar do aprofundamento,

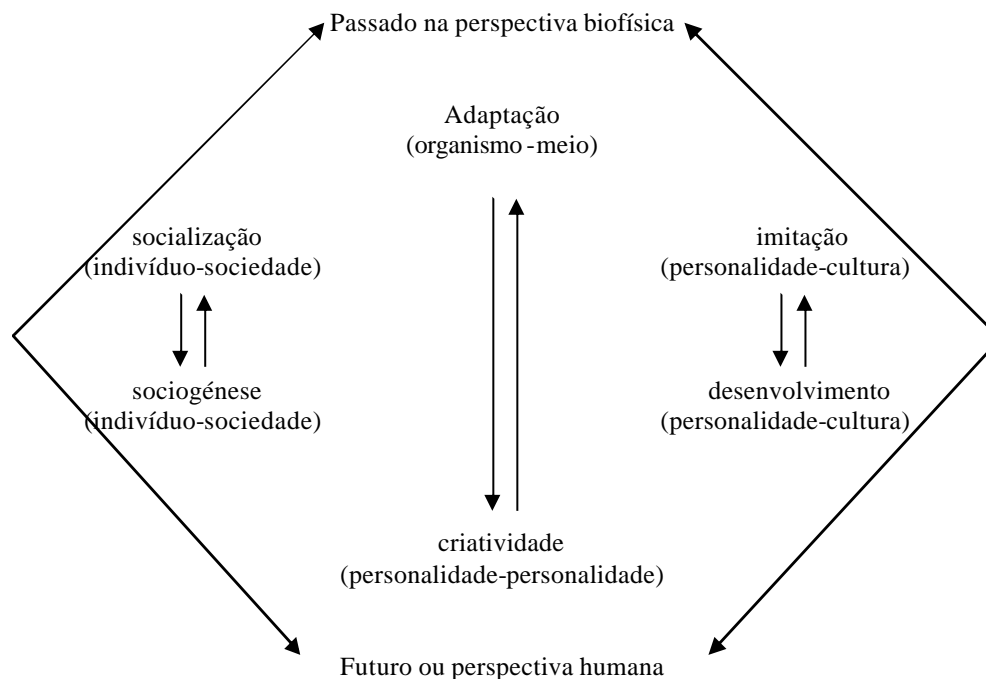
associado ao que actualmente é designado por resiliência (1.1). Passemos então a alguma diferenciação de conceitos.

1.1.1 Adaptação, resiliência e coping

Partindo deste ser psicológico que tem possibilidades de se construir para a dignidade humana, verifica-se que é muito indefeso mas muito bem dotado para a aprendizagem e interacção social (Palacios *et al.*, 1992). Sendo o humano um ser sociável (Albuquerque e Miranda Santos, 1997, 1977a), a sua adaptação ao que o rodeia, no sentido piagetiano do termo, e de orientação interpessoal (D. Hunt, 1978) pode ser realizada de um modo natural ou em ambiente educativo, pelo que é necessário otimizar a interacção com a envolvente. Nesta optimização, a investigação indica que a interacção tenha maior iniciativa por parte da envolvente e, progressivamente, diminua a sua responsabilidade concomitante com a construção multidirecional do novo ser psicológico relativamente à consciência, diferenciação e complexidade, ou seja, com uma maior estruturação por parte deste último. Mas que papel tem a resiliência nesta complexa estruturação?

Considerando a construção do humano na descrição da representação abaixo indicada

Figura 1-1: Construção do humano



fonte: Miranda Santos, 2004

(Miranda Santos, 2004), em que é possível a sua sociogénese e o seu desenvolvimento no exercício da sua criatividade e em que “a manifestação radical da criatividade é expressão pessoal (...) e a sua educabilidade”, a ligação da resiliência ao desenvolvimento é proposta por H. Ralha-Simões (2001). Na ramificação dos caminhos da criatividade em interacção com a adaptação e num meio hostil, a funcionalidade do egoresiliente em construção²³ tem a possibilidade de conduzir a um desenvolvimento complexo, responsabilizante e saudável, o que é definido, com admiração, por Anthony (1974). O desafio, o compromisso e o controlo são dimensões que Kobasa/Ouellette propõe para a descrição desta complexa estruturação. A situação difícil é quotidiana, mas também essencial neste construtivismo humanista, neste funcionamento psicológico, com assimilação, mas também com acomodação, equilíbrio, bem como orientação interpessoal. Também a partir da ‘experiência do jogo das cartas’, Damásio (1995 e 2000) indica a dor e a sua ultrapassagem como pontos chave nesta adaptação/criatividade do ser humano, bem como na adaptação das espécies biológicas e respectiva evolução, pois, quando possíveis, são processos que se tornaram e mantiveram úteis.

Para o humano, e de um modo mais simplificado, a partir daqui vamos utilizar o termo adaptação no sentido de adaptação/criatividade. Assim, e por outro lado, julgamos que a adaptação em ambiente educativo terá de passar da intuição e aprendizagem por modelos, para a consciencialização de si e do próprio processo de resiliência, de complexidade diversa. Numa perspectiva de humano-envolvente, o autoconhecimento, história de controlo/eficácia, autoavaliação, são conceitos que se interligam, mas o humano-envolvente, ao passar por situações significativamente mais ou menos difíceis, vai construindo, de um modo complexo, padrões de conhecimento que lhes podem ser úteis, mas dependentes do respectivo desenvolvimento. No humano, as estruturas que tornam possível a complexidade do desenvolvimento psicológico são fruto de investigações neurológicas e psicológicas (e.g., Damásio, 1995, 2000, 2003a; Hunt, 1978; Vaz Serra, 1989).

Mas vamos trazer alguns conceitos para análise, independentemente de serem fruto de reflexão noutras circunstâncias. Apesar de não simplificar a noção de resiliência, é importante considerar “(...) a necessidade de discriminar, como faz Foster (1997), entre o campo conceptual relativo a esta noção e o de outras que com ela têm numerosas

interdependências e afinidades, designadamente as de adaptação e de ‘coping’ ”, (Ralha-Simões, 2001).

Vejamos primeiro a noção de *coping*. No dizer desta última investigadora, a reflexão sobre este conceito estaria ligada a reacções a uma situação adversa, sensivelmente tão complexas como a de resiliência, mas muito menos difusas no tempo, que conteriam quase sempre uma conotação defensiva e teriam como objectivo principal lidar com uma situação precisa, entendida como um pico de crise cujo alívio seria necessário atingir sem se verificar qualquer ruptura do sistema do si/self.

Por outro lado, a noção de “(...) *adaptação*, (...) *estaria relacionada como a manutenção de uma proporção equilibrada entre o desencadear de reacções de autoprotecção face às vicissitudes de origem externa e outras respostas visando rentabilizar ou potenciar a novidade inerente a esses desafios provenientes do exterior, numa articulação compatível com a óptica piagetiana entre a imposição da estrutura interna – assimilação - a esses elementos inesperados e o reajustamento da referida estrutura em função deles – acomodação*” (*ibidem*). A esta perspectiva associávamos a de D. Hunt (1978) que, como veremos, para lá da complexidade e flexibilidade da cognição também inclui estadios na vertente da interacção social.

Questionando-se a relação entre os dois anteriores constructos e o de resiliência, continuamos a trazer o contributo de Ralha-Simões (2001), em que refere que neste enquadramento, “(...) *o termo resiliência seria reservado para uma organização mais durável e estruturada, que assumiria como que a manutenção activa (que sublinhamos), mesmo que apenas em termos potenciais, de capacidades de ‘coping’ e de adaptação que iriam assegurar a gestão estratégica do confronto com os desafios exteriores, utilizando para tal numerosos mecanismos, entre os quais alguns deles adaptativos e de ‘coping’, que, embora nem sempre tivessem resultados imediatamente aparentes, se tornariam evidentes com o tempo*”, (*ibidem*). Citando outros autores, também analisa a possibilidade de ser uma especificidade estrutural do desenvolvimento, elaborada face à adversidade, entendendo-o também como um factor diferencial e evolutivo, responsável pela estabilidade na mudança (*idem*, 2003).

Consideremos agora o desenvolvimento. Segundo a mesma autora, este constructo estaria associado “(...) *a formas de adaptação que podem levar a funcionamentos mais complexos, mais adequada interacção inter e intrapessoal bem como uma maior*

complexidade cognitiva” (Ralha-Simões, 2001). No entanto, sublinha, o desenvolvimento diferencial pode não ser universal nem natural, e a sua avaliação pode ser fruto de avaliações científicas externas (ao indivíduo em análise), culturalmente enquadrantes e enquadradas (*idem*, 2003).

Postas estas perspectivas e debruçando-nos sobre o desenvolvimento e a resiliência, passaremos a realçar ângulos de visão científica sobre o desenvolvimento, história em resiliência e nomenclaturas aplicadas às consequências de impactos.

1.1.2 Desenvolvimento e resiliência

1.1.2.1 Dois extensos estudos longitudinais: factores de risco

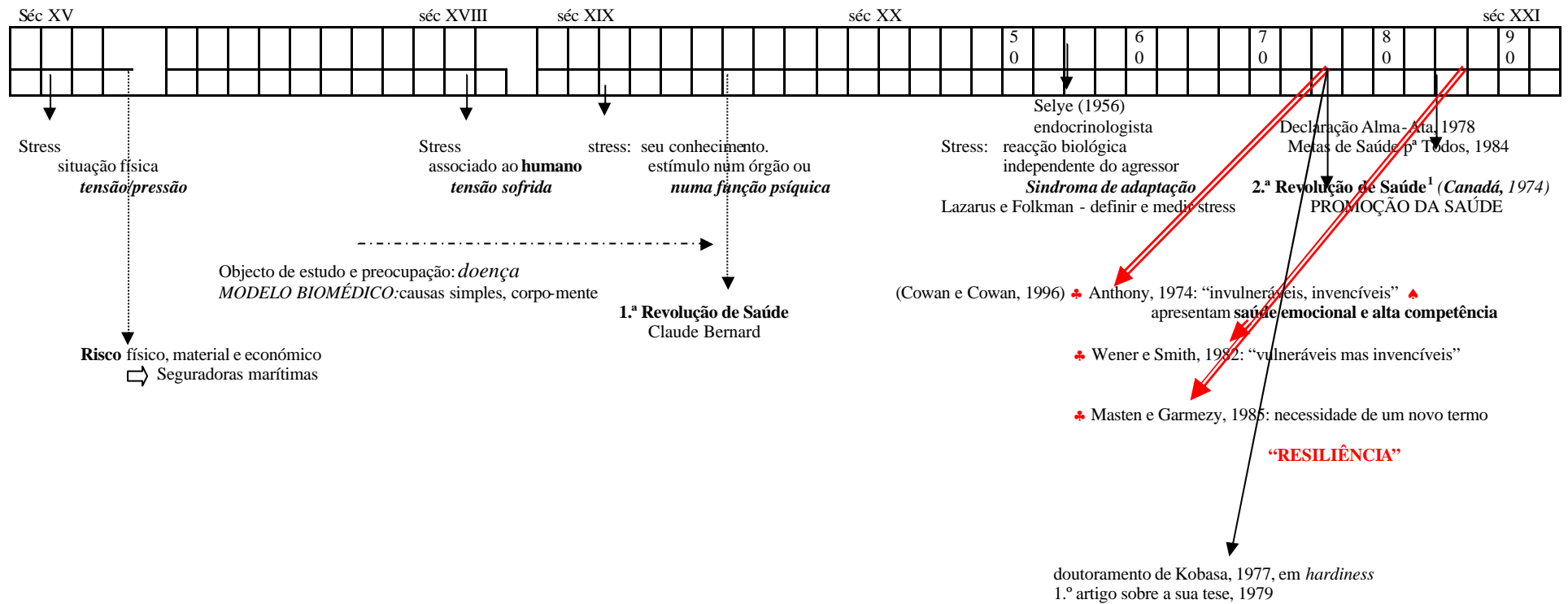
A história da investigação biomédica, psicológica e sociológica sobre *stress* e *coping* é longa (anexo 2). Esta investigação incentiva estudos sobre extremos de funcionamento humano e sobre condições de marginalização social e respectivos resultados que as estruturas humanas provocam. As unidades de investigação, a metodologia e modelos vão evoluindo, dependendo de múltiplos factores/sistemas. Em 1996, Hetherington e Blechman, na introdução do livro de que são editores, “*Stress, Coping and Resiliency in Children and Families*”, sublinham que os modelos simples que anteriormente ligavam as situações de *stress* da vida e os resultados psicológicos e físicos adversos foram estudados sob o ponto de vista de factores de risco, mas tornaram-se inadequados, e as actuais justificações sugeridas na investigação passaram a deixar de estar associadas a riscos e respectivos resultados para se debruçarem sobre contribuições diferenciadas de factores de protecção e mais tarde de processos e mecanismos de protecção.

Como introdução, indicaremos dois estudos longitudinais e prospectivos que queríamos realçar, pois, a determinada altura, foi utilizada uma análise de dados sobre factores de risco, de protecção e mecanismos subjacentes com indicação de estarem associados a graus de resiliência dos indivíduos em estudo. As investigações escolhidas são as de Werner e Smith (1982), que se estendem por quatro décadas, bem como as de Rutter (1970, 1971, 1979). No Esquema Cronológico (Esquema 1-1) assinala-se alguns destes factos, associando-se, agora, intervenções sobre resiliência.

Werner e Smith empreenderam um estudo longitudinal na ilha de Kauai iniciado em 1955 (com medidas no 1.º ano, 2.º, 10.º, 18.º e 32.º ano de 698 crianças acabadas de nascer em 1955) “(...) em que era analisado o efeito cumulativo de pelo menos 4 diferentes tipos de situações difíceis”(1982). Em 1993 indicam 1/3 da população como resiliente. Por seu lado, Rutter (nos anos 70) estudou rapazes e raparigas de lares desfeitos por conflitos e os resultados (1971) indiciam que os rapazes eram mais vulneráveis ao *stress* físico e psicossocial. Em 1979, em bairros de marginalização de Londres e na ilha de Wight, investiga os resultados de diferentes situações difíceis de crianças (e.g., em lares com discórdias familiares mais constantes, baixas condições económicas, grandes famílias, pais com registo criminal, mãe doente, ou ainda, crianças institucionalizadas). Já nessa altura refere que os seus resultados pareciam indicar que um tipo de *stressor* (tensão) não tem impacto significativo; mas dois ou mais tornam possível uma leitura do aumento de consequências no desenvolvimento saudável das crianças. Como vemos, estes são exemplos de uma época de investigação sobre resultados de diferentes envolventes consideradas difíceis. Verifica-se aqui a existência de uma preocupação no estudo de condições exteriores, tendo em atenção já mais que um factor. São investigações sobre o impacto das condições de vida no indivíduo.

É também neste contexto que, em 1977, Kobasa fará o seu doutoramento, considerando que, para além das envolventes e interacções, o estado de saúde/doença dependia do perfil da própria pessoa (do seu grau de *hardiness*), o que era inédito, como então afirma e se encontra registado neste Esquema 1-1: “Cronologia da resiliência, no domínio da saúde/doença”.

Esquema 1-1: Cronologia da resiliência, no domínio da saúde/doença (Kobasa/Ouellette 1997; Masten e Garmezy, 1985)



“força do ego” (Hartemann, 1969)

♣ construção de uma questão do desenvolvimento psicopatológico: a invulnerabilidade

♣ história em resiliência

¹ Assim a designa Richmond.

Postas estas referências e com a ajuda de Cowan e Cowan (1996), o resumo cronológico de acontecimentos sobre o constructo com a perspectiva de abertura, pelo menos à flexibilidade, pode ser descrito realçando-se a posição histórica de Anthony (1974), a de Werner e Smith (1982) e a de Masten e Garmezy (1985). No dizer de Cicchetti e Garmezy, (1993) constrói-se uma questão do desenvolvimento psicopatológico: “(...) *algumas pessoas desenvolvem-se nos desafios que a adversidade coloca em movimento*”. Passa-se da designação de invulnerabilidade, registada por Anthony (1974), para a de resiliência ou resistência ao *stress*, como é referido por Masten e Garmezy (1985).

Anterior a uma análise de maior pormenor, vamos introduzir dois aspectos: uma citação de Cowan e Cowan (1996), como enquadramento da investigação em risco e protecção com prevenção, mas sem referência à possibilidade de aumento do grau de resiliência; por outro lado, uma clarificação da posição inicial de Rutter, perante o constructo de resiliência individual e o seu incremento.

Como enquadramento, citamos Cowan e Cowan, quando, no contexto da adversidade psicológica, assinalam que o “*defy the odds*” (actualmente traduzido como desafio na adversidade)²⁴ vem trazer alguma explicação sobre resultados positivos e negativos, e que o interesse nestas questões foi estimulado pelo trabalho conceptual e empírico em *risco* por Rutter e Garmezy, com importantes contributos de outros investigadores como Masten e Cicchetti. “(...) *Juntos (os 2 investigadores e contributos de outros) deram novos impulsos a uma investigação que ainda estava activa, a literatura clínica em stress e coping, criando um novo e excitante campo de desenvolvimento psicopatológico* (assim o referem Rolf et al., 1990) *e oferecendo uma sólida fundamentação conceptual (e empírica) para programas de intervenção preventiva e ciência preventiva.*” (Cowan e Cowan, 1996).

Por outro lado, Rutter é, ainda hoje, um investigador do risco e do risco/protecção, e, na sua investigação, a vulnerabilidade tornou-se essencial. Em nossa opinião, em 1992 a resiliência (e ainda menos o respectivo incremento) é para si um conceito muito menos importante que o de vulnerabilidade. Como dizíamos, deve-se a Rutter e a Garmezy uma série de reflexões nesta área de investigação. Mas vejamos Rutter no seu livro “*Developing Minds: Challenge and Continuity Across the Life Span*” (1992): nele utiliza extensivamente o binómio vulnerabilidade/protecção. No início do livro, nos agradecimentos, Rutter agradece a quatro pessoas, nomeadamente a Garmezy, nestes termos: “(...) *agradeço (...) a Norman Garmezy cujas ideias de vulnerabilidade e de*

resiliência fizeram tanto para criar um campo de investigação em factores de risco e de protecção no desenvolvimento”. Embora neste livro apareça, por vezes, resistência ao *stress*, nunca mais emprega a designação de resiliência! Hoje já utiliza este último termo.

Passando então ao início dos factos (resumidos no Esquema 1-1), em 1974 o psiquiatra infantil E. J. Anthony, no seu artigo “*Syndrom of the Psychologically Invulnerable Child*”, introduziu, na psicopatologia do desenvolvimento da criança em situação adversa, o termo invulnerabilidade associado aos que “(...) **apresentavam saúde emocional e alta competência**”. Relatos vários referem ser este o momento de espanto perante resultados e o da introdução do termo de imunidade, independentemente das circunstâncias: invencíveis e invulneráveis! (e.g., Rutter, 1985; Werner e Smith, 1982; Masten e Garmezy, 1985). Mas, em 1982, Werner e Smith, no seu artigo “(...) *vulneráveis mas invencíveis*”, analisam a designação de invulnerabilidade como associada a uma resistência absoluta ao *stress* e também a uma característica imutável, que não seria realista para o funcionamento humano. Em 1985, Masten e Garmezy registam que “(...) *era necessário um termo menos extremista* [em relação à designação de invulnerabilidade]”, propondo o de resiliência ou de resistência ao *stress*, como já referimos.

Estas investigações têm uma contribuição, cronológica e de conteúdo, importante para a definição do constructo, mas gostávamos de sublinhar que a reflexão de Rutter e Garmezy é convergente, excepto no seguinte facto, indicado por Cowan e Cowan (1996): enquanto Rutter minimiza a utilização do conceito de resiliência, pois, “(...) *na relação original de Rutter, resiliência era vista como um traço estático associado à capacidade individual e não como o resultado de um processo*”²⁵; Garmezy, por seu lado, enfatiza a sua utilização. Sublinhamos o relato de Masten e Garmezy (1985) em que repetidas experiências com *coping* activo e “*stress buffering*” (protecção do *stress*) podem construir ou aumentar a resiliência. Esta é vista, por estes autores, como o resultado continuado de uma complexidade de processos ou mecanismos.

Não deixamos no entanto de assinalar que, mais tarde, Rutter (1987) indica que a resiliência resultará de um processo de *buffering* (protecção), que não elimina o risco, mas encoraja o envolvimento efectivo e individual com o risco. Este processo de envolvimento constitui-se como a sua unidade de investigação, razão pela qual, actualmente, Rutter é associado à investigação em resiliência. De notar também que este investigador, no seu

livro de 1981, em relação a parte da amostra de Londres e de Wigth, com casos de crianças de mãe ausente e sua repercussão no desenvolvimento estável e saudável, escreve um capítulo sobre resistência ao *stress*, mas em nosso entender, continua com a visão de um traço individual sem a evolução continuada que este constructo de resiliência pode encerrar. Hoje, Rutter (*e.g.*, 1999, 2002) acredita na sua evolução, mas só em momentos de referência, em *touchpoints*.

Para nós, e noutras investigações neste campo, resiliência pode ser mais bem descrita através da ideia de que alguns indivíduos ou grupos possuem recursos psicológicos, nomeadamente de significado, de sentido de coerência e de propósito, forças fisiológicas e habilidades interpessoais que lhes permitem responder com sucesso aos maiores desafios e crescer com a experiência (Cowan e Cowan, 1996).

1.1.2.2 *Desenvolvimento e impacto*

Estando a investigação sobre o constructo desenvolvimento num período de compreensão e teorização interessada numa perspectiva ao longo da vida e estendida a tantos domínios do humano, o seu cruzamento com a nossa investigação em resiliência realça, por exemplo, os trabalhos de Loevinger, Hunt e Rutter, em que também é regra a interacção com a envolvente. Os instrumentos de avaliação auxiliares que utilizamos baseiam-se na investigação de Loevinger e D. Hunt e, por outro lado, no trabalho científico de Rutter, por duas razões: por este último investigador ter ficado fortemente ligado a este constructo, e por abarcar também a não visão de estadios universais, mas realçar os impactos. Mais tarde, não vamos esquecer Damásio e o realce da sobrevivência e da qualidade de vida possível por este ser (*e.g.*, Damásio, 1995, 2000, 2003a) (através do seu modelo da biologia evolutiva relativa à regulação vital e compreensão do papel da emoção e formação da consciência no humano). Damásio é uma voz charneira, que traz a dignidade da emoção para a possível iluminação sobre a complexidade do humano. Ainda referente à investigação de Loevinger e D. Hunt e os respectivos instrumentos de avaliação, queríamos sublinhar que os escolhemos pois consideramos a flexibilidade uma noção básica em resiliência, por eles avaliada, bem como a perspectiva de Hunt associada também a uma

orientação interpessoal, campo que verificamos ser importante fonte de resolução de problemas, também nestes níveis etários.

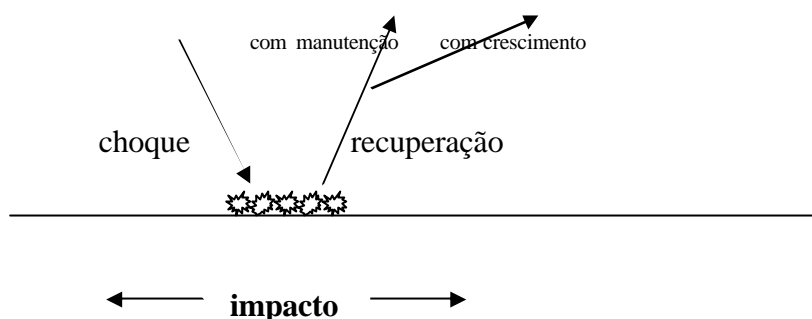
Por outro lado, perspectivando a construção da resiliência na experiência quotidiana significativa e, como o nível de desenvolvimento parece configurar o significado pessoal da experiência quotidiana (H. Ralha-Simões, 2001), faz para nós todo o sentido não deixar de considerar o desenvolvimento nesta abordagem teórica do tema em estudo. Assim, sumariamente e em anexo 3, serão expostos pontos chave da investigação em desenvolvimento dos pensadores acima referidos.

O Impacto: choque, recuperação, manutenção e crescimento

Resiliência vem do verbo resilio, *re+salio*, podendo ser expressa, numa modelação física, pelo saltitar da bola, pelo esticar e voltar a relaxar quando a tensão é menor, pela elasticidade, impondo-se pelo seu significado sem ser preciso demonstração (Tavares, 2001). Na interacção entre humanos, a unidade e a flexibilidade individual são muitas vezes impedidas de se construírem ou reconstruírem (Ralha-Simões, 2001). Os mecanismos de auto-regulação inter e intrasubjectivos, em relação aos diferentes campos da actividade humana, nomeadamente educativos, (Dewey, 1980), são necessários para gerir as respostas humanas, em que os bens específicos²⁶, pertencendo aos psicossociais²⁷, incluindo os físicos²⁸, fazem parte do seu equilíbrio pessoal (Tavares e Albuquerque, 1998, Tavares, 2001). Uma pessoa mais resiliente contribui mais facilmente para uma sociedade com maior dignidade humana (Tavares, 2001; Ralha-Simões, 2001).

Para o estudo da resiliência no jovem adulto, estamos interessados no seu *conteúdo, dinâmica e construção*, em que é indicado um estudo longitudinal e prospectivo (Cowan *et al.*, 1996). Considerando a recuperação, que a figura abaixo assinala, mas também o dinamismo e o perfil da egoresiliência, para lá da sua aplicação teórica na adultez, este último constructo também é investigado na criança, pelo menos aos 3 anos (*e.g.*, Ahadi e Rothbart, 1994; Caspi *et al.*, 1995, 2000; Hagekull, 1994). A perspectiva ao longo da vida é apelativa, pela constante dinâmica que o humano apresenta, pelas potencialidades que sugere.

Figura 1-2: Impacto



Analisando, então, o grau do impacto ao longo da vida através do choque quotidiano, sem ou com recuperação, obtendo-se, nesta última, tanto uma complexa manutenção como um crescimento (Figura 1-2) no grau da funcionalidade humana saudável, a questão da descrição configuracional da personalidade e da respectiva funcionalidade, avaliação e sua ligação a designações mais abrangentes e úteis, como a de resiliência, é uma referência para o nosso estudo, embora deva ser uma “ponta do iceberg” (Pedroso de Lima, 1997; Halverson, 1995) da construção individual de significado e acção psicossocial.

Queremos sublinhar três aspectos em estudos da funcionalidade ao longo da vida que entendemos interessantes (A-C). A) Neste 1.º apontamento, são abordados alguns resultados de estudos em crianças (Hagekull, 1994), dos 4 meses aos 4 anos, em que é considerada a egoresiliência (bem como a sociabilidade e a timidez, indicadores da nossa operacinalização em resiliência). Em A1), coloca-se a posição, também de Halverson (1994), sobre a continuidade natural da funcionalidade; em A2) são realçados *significados*; e em A3) aponta-se para a importante calendarização de configurações individuais relativas à *interacção social*; B) É analisada alguma investigação de Rothbart e colaboradores (1993,1994) em crianças em que são considerados sistemas de regulação, também com recuperação; Finalmente, em C), é feita uma ligeira análise sobre o impacto e

alguns tipos de recuperação, quando explícitos nos 100 itens do instrumento de Block (Q-set).

legenda e notas do Esquema 1-2

¹ Com ano e meio, a criança, ao ver-se ao espelho, limpa a mancha da testa quando lhe é pedido (Teyssèdre *et al*, 1997). Temos um esboço da auto-referência. Esta idade também é designada pela investigação como “charneira” (*e.g.*, uma riqueza da função simbólica, a linguagem, a permanência do objecto).

² Aos 3 anos constrói frases. Os gorilas e chimpanzés também podem compreender a junção de símbolos (utilização de uma simbologia semelhante à linguagem gestual).

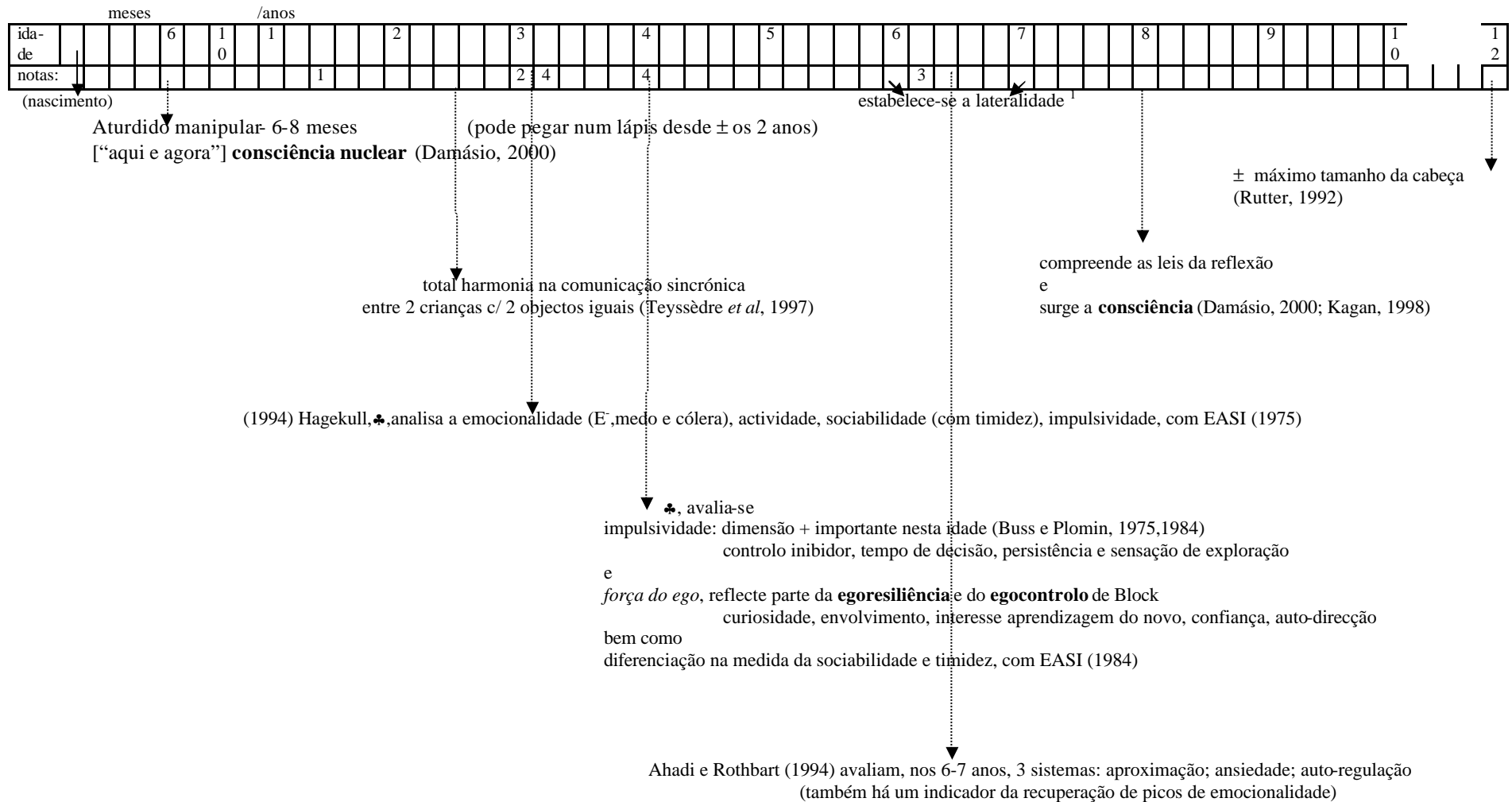
Parece que os 2 lóbulos cerebrais não estão diferenciados.

³ Aos 6-7 anos, testemunha-se a utilização da diferenciação humana da funcionalidade dos lóbulos cerebrais.

⁴ ♣ Hagekull (1994) utiliza a avaliação da Emocionalidade (E, medo e cólera), Actividade, Sociabilidade (com timidez) e Impulsividade (EASI)

Esquema 1-2: Alguns testemunhos e avaliação da funcionalidade na criança associada à resiliência

(investigação até aos 12 anos, também com referência ao outro e possibilidades da consciência, e.g., Hagekull, 1994, Damásio, 2000)



No estudo longitudinal de Dunedin (Caspi e col. 2000) de duas dezenas de anos (num coorte-nascimento), verifica-se, aos 3 anos, a existência de perfis **resilientes**.

A) Com Hagekull²⁹ (1994) (ver Esquema 1-2; Quadros 1-1), vamos realçar: no Esquema 1-2, a utilização da descrição da Emocionalidade (medo e cólera), da Actividade, da Sociabilidade e da Impulsividade (com o instrumento EASI) aos 3 anos de idade, e aos quatro anos sublinhar a impulsividade descrita como a mais importante característica nesta idade (Bluss e Plomin, 1975, 1984), mas também a força do ego (descrições de perfis positivos), surgindo, no instrumento EASI, a separação da timidez (indicador na dimensão do compromisso na nossa avaliação em resiliência) na medida da sociabilidade, sendo de notar que Lee e Bates (1985) referem que a percepção social é o factor mais importante nas respostas ao questionário para crianças de Block (1961)³⁰; nos Quadros 1-1 torna-se mais explícita a variação da avaliação realizada aos 3 e 4 anos de idade, também função da avaliação da força do ego.

Estes resultados foram obtidos num estudo longitudinal com avaliações aos 4, 10, 15, 20, 28, 36, 43, e 48 meses (Hagekull, 1994), em que, um dos instrumentos de avaliação utilizado é designado por EASI, com as 4 dimensões acima referidas. Para medir a sociabilidade, esta é considerada como “(...) *a tendência para estar com o outro*”. É aplicada aos 20 meses e aos 3 anos (28 e 36 meses), mas aos 4 anos usa a versão de 1984, em que a sociabilidade é entendida como “(...) *a preferência por estar com outros relativamente ao estar sozinho*”, diferente da timidez, avaliando neste último indicador “(...) *os comportamentos com casuais conhecidos e desconhecidos*”, e “*assumindo que (a timidez) se desenvolve da sociabilidade e da emocionalidade*” (Hagekull, 1994) (ver Quadros 1.1).

A1) Halverson (1994) realça a pouca continuidade natural sobre o modo de estar da criança no seu crescer consigo e com os outros. Damásio (2003a,b) propõe alguma explicação para a influência genética e social na consciência. **A2)** Podem propor-se sensibilidades: a urgência dos diferentes modos de sentir os outros; talvez o testemunho da consciência que se vai construindo (possibilitado pelo si autobiográfico no modelo de Damásio 2000) possa clarificar o papel da elaboração de significados na interacção com a envolvente, principalmente com os outros que a rodeiam. É de salientar que a facilidade em estar com os outros vai-se inicialmente desenhando (Hagekull, 1994), surgindo posteriormente o outro como conhecido ou desconhecido e a consciência humana aos 8-9 anos (Damásio,

2001; Kagan, 1998). A construção de significados é sublinhada (Ralha-Simões, 2001; Albuquerque e Tavares, 1998, 2002). Note-se, agora com um sentido de optimização das potencialidades humanas, mas associado à influência genética e à interacção social e seu significado, os dados apontam para um calendário de maturação neurológica testemunhado pelo surgir de um funcionamento diferencial dos 2 hemisférios cerebrais (na qual a linguagem tem um papel especial, ver notas do Esquema 1-2).

Apoiando-nos em Damásio, será com certeza neste gerir o que se torna significativo que o papel da resiliência pode ter maior relevo para a complexa estruturação humana. Conceptualmente, associado aos níveis de regulação vital humanos (1.2.2), pode-se questionar este aspecto.

A3) Proposto por este investigador (Hagekull, 1994), para lá da variação e inferência (ver 10.º anexo) de uma descrição da funcionalidade associada a quatro das cinco dimensões do modelo *Big Five* (B5, também designado por *Five Factor Model FFM*) e que, no adulto, um nível alto no B5 está associado a uma boa resiliência (Caspi *et al.*, 1996), vamos realçar descrições sobre a força do ego e a sociabilidade, nomeadamente a timidez, pois consideramos importante na avaliação da resiliência do jovem adulto. De notar que a consciência/resolução de problemas (C), (volição nestes níveis etários, na nomenclatura do B5), pode ter como precursores os iniciais sinais da força do ego/eficácia e baixos problemas de externalização (Hagekull, 1994, ver Quadro Inferência das dimensões do B5 – 10.º anexo). Com este estudo, este investigador assume que o grau da timidez e da actividade pertencem ao que intitula extroversão/introversão (E) (ou surgência), e que o grau da sociabilidade (a preferência em estar com o outro) está relacionada com a amizade/hostilidade (A)³¹ (anexo 10). Assim, e neste estudo, o relevo da força do ego interessa para a dimensão da consciência/resolução de problemas (mas não como único factor) nesta fase inicial de vida; e a timidez que, aos 3 anos, está associada à sociabilidade, aos 4 anos de idade é medida pela sensibilidade à pessoa desconhecida/conhecida (e não com a dimensão da amizade ou amabilidade, no B5 do adulto), graduando a facilidade da introversão/extroversão.

Mas os dados dos Quadros 1-1 também nos alertam para a grande variação, com a idade, da correlação da impulsividade (na definição de Buss e Plomin, 1984) com a persistência e a intensidade de actividade³². Deste 1.º Quadro 1-1 e, em particular, também podemos ler a grande variação da correlação entre a aproximação e fuga no 1.º ano e 2.º ano de idade e a

emocionalidade, sociabilidade ou/e timidez aos 3 e 4 anos de idade. De outras investigações (Esquema 1-2), notamos que aos 2 anos e meio pode existir uma comunicação numa total harmonia sincrónica entre duas crianças e dois objectos absolutamente iguais, comunicação em que Teyssèdre e colaboradores (1997) consideram que ‘o outro’ funciona como “ (...) *um objecto que responde às suas iniciativas de comunicação*”. Dos 3 para os 4 anos a avaliação indica ‘o outro’ como tendo para si uma variação de significado, inicialmente referida (Hagekull, 1994).

Também é de realçar (no 2.º dos Quadros 1-1) a variação da correlação entre a força do ego, aos 4 anos, e a emocionalidade e sociabilidade aos 3 e 4 anos. Assim, a interacção de uma estrutura pessoal com a envolvente, em geral com um calendário de maturação, e o desenvolvimento diferencial, em particular, parece ser bem importante e complexa³³.

*1.º Quadro 1-1: Avaliação, com inclusão da resiliência, e variação de dimensões dos 0 aos 4 anos
(Hagekull, 1994)*

Avaliação do modo de estar ao longo dos primeiros tempos de vida

(dos 4 meses aos 4 anos de idade)

bébés 4 meses-4 anos	
4 meses (10, 15, 20 meses: 1 nível) (28, 36 meses: 1 nível) (43, 48 meses: 1 nível)	
1.º CBQ TBQ	X
2.º EASI (Buss e Plomin, 1975,1984)	
3.º Escala Fussy/Difficult	X
4.º Questionário {externalização/intern. e <i>funcionamento de aspectos positivos</i> }	X
1.º CBQ e TBQ 6 dimensões intensidade/actividade; regularidade; sensibilidade sensitiva; aproximação/fuga; atenção; persistência 3.º Escala Fussy/Difficult (fussy(dicionário): exagerado, agitado, ansioso, inquieto, preocupado, nebuloso, complicado, nunca acha bem: o difícil) percepção social: factor mais importante em CCQ (Lee e Bates, 1985) tem papel de relevo: estilo de comportamento; aproximação da percepção social no temperamento parece ser um preditor de problemas de comportamento	2.º EASI Emocionalidade, Actividade, Sociabilidade, Impulsividade (Emocionalidade (E ⁻ : medo e cólera/zanga), Actividade (tempo e vigor), Sociabilidade [origem genética (Buss <i>et al.</i> ,1984)], Impulsividade [origem genética menos clara (Buss <i>et al.</i> ,1984)]) 4.º Questionário (itens do PBQ [hostilidade/agressão e hiperactividade/distração; ansiedade e medo]) + força do ego (s/ constituintes de interacção) reflecte parte dos conceitos de egocontrolo e egore siliência de Block e Block (1980): curiosidade, envolvimento, interesse na aprendizagem de novas habilidades, confiança, autodirecção (independência) +competência social (excluída pela possível sobreposição com ansiedade e medo)

Adaptação nossa de Hagekull, 1994

2.º e 3.º Quadro 1-1: Avaliação, com inclusão da resiliência, e variação de dimensões dos 0 aos 4 anos (Hagekull, 1994):

Variação da sociabilidade ou/e timidez aos 3 e 4 anos de idade

Correlação significativa entre as dimensões do temperamento da *infância*, TBQ, e dimensões do temperamento da *criança*, EASI (Hagekull, 1994)

TBQ (10-15 meses)	EASI (28-36 meses)			
	Emocionalidade	Atividade	Sociabilidade/timidez	Impulsividade
Intensidade/atividade	–	.33	-.21	–
Regularidade	–	–	–	–
Aproximação/fuga	-.25	–	-.40	–
Sensibilidade sensorial	–	–	–	–
Atenção	.24	–	–	–
Persistência	-.33	–	–	-.52

TBQ (10-20 meses)	EASI (43-48 meses)				
	Emocionalidade	Atividade	Socialização	Timidez	Impulsividade
Intensidade/atividade	–	.40	.32	-.21	.20
Regularidade	–	–	–	–	–
Aproximação/fuga	–	–	–	-.25	–
Sensibilidade sensorial	.23	–	–	–	–
Atenção	.28	–	–	–	–
Persistência	-.33	–	–	–	–

3 anos EASIS \	força ego (4 anos)	problemas extern. (4 anos)	problemas de intern. (4 anos)
emocionalidade	-.21	.35	.30
atividade	-	.32	-.27
sociabilidade/timidez	-.21	-	.26
impulsividade	-.40	.51	-

4 anos EASIS \	força ego (4 anos)	problemas extern. (4 anos)	problemas de intern. (4 anos)
emocionalidade	-	.37	.38
atividade	-	.41	-.21
sociabilidade	-.36	-	.52
timidez	-	-	-
impulsividade	-.35	.57	-

Adaptação nossa de Hagekull, 1994

B) Vejamos agora a investigação de Rothbart³⁴ e colaboradores, que propõem sistemas e factores que envolvem a funcionalidade humana na criança (ver anexo 4). Considerando, então, uma análise mais geral da criança através das respostas de suas mães (156 americanas e 468 chinesas), em que Rothbart e outros (1994) incluem as emoções positivas, estes investigadores propõem 15 indicadores³⁵ para a escala do *Child Behavior Questionary* (CBQ) proposta em 1993, tendo a neurologia como base teórica. Em 1994,

desenham uma noção de maior interdependência nestes sistemas de factores (sobretudo entre os precursores³⁶ de dimensões das descrições mais gerais no adulto) e que é indicador de uma progressiva diferenciação complexa, referente a uma evolução sincrónica com a diferenciação cognitiva, nomeadamente no padrão que designa por ‘esforço de controlo’ (subjacente à acção da futura dimensão da consciência, no modelo da personalidade, através de 5 dimensões, FFM/B5, já referido). Este aspecto da pouca continuidade natural da funcionalidade humana tem o sentido do anterior ponto **A1**). Mas, com Rothbart, vamos expor o registo de um novo aspecto que está associado à avaliação da primeira parte da complexa *recuperação* e do sistema de auto-regulação. Ao aplicá-lo nos 6-7 anos de idade (156 crianças americanas e 468 chinesas), indica três sistemas para a sua funcionalidade: o de aproximação; o de ansiedade; e o auto-regulador (ver anexo 4).

O sistema de aproximação, Rothbart considera-o constituído pelo nível da actividade, zanga/frustração, aproximação, prazer de alta intensidade, impulsividade, prazer de baixa intensidade, sorrir e rir, e, negativamente, associado à tristeza; o padrão para o sistema de ansiedade consiste na zanga/frustração, aproximação, desconforto (com a maior intensidade), medo, tristeza, *timidez*, e, negativamente, correlacionado com a *habilidade para suavizar ou descer a reactividade* (constituído pelo que descreve como ‘a velocidade de recuperação de picos emocionais, como os de aflição, excitação e de vigília’); a escala para o terceiro sistema, o auto-regulador, é constituída por 7 indicadores: baixo nível de actividade, aproximação, atenção focada, não impulsividade, controlo inibidor (pode baixar a voz quando lhe é pedido que o faça, ou em novas e incertas situações), o baixo prazer e a ‘percepção da sensibilidade’. Os três últimos indicadores operacionalizam o ‘esforço de controlo’, anteriormente referido.

Neste seu modelo, Rothbart propõe que ‘o esforço de controlo’ seja um superorganizador para os outros sistemas, com importante consequência para o desenvolvimento da personalidade, implicando modos de estar e de aprendizagem social. Ele reflecte “(...) *as diferenças individuais quanto à habilidade para voluntariamente suspender uma tarefa, voluntariamente alterar a atenção de uma tarefa para outra, voluntariamente iniciar uma acção, voluntariamente inibir uma acção*” (Rothbart, 1994). Na nossa avaliação do jovem adulto, o controlo emocional é um indicador com forte ponderação. Uma das subdimensões é designada por controlo emocional e de tarefa (pertencente à dimensão do controlo).

C) Por outro lado, fizemos uma pequena análise dos 100 itens de Child California Q-set (CCQ-set) de Block (1971), em relação ao impacto e recuperação, como o posterior Quadro indica. Nesta análise, realçamos duas situações construtivas em resiliência (n.º 43 e n.º 63).

Quadro 1-2

Análise dos 100 itens de Block
(segundo o tipo de recuperação enunciado)

realce de 2 itens construtivos em resiliência	
n.º 43	“Ele pode fazer o resalto ou recuperar depois de um <i>stress</i> ou má experiência”
n.º 63	“Ele é rápido; Ele move-se e reage às coisas rapidamente”
e realce de 2 itens sobre a reflexão e ruminação	
n.º 99	“Ele pensa nas suas acções ou comportamentos antes de dizer ou fazer algo”
n.º 24	“Ele cisma e <i>rumina</i> , atormenta-se”
8 itens de descrição de diferentes tipos de recuperação com falta de domínio sobre a acção: em 6 dos itens surge a palavra <i>stress</i>	
n.º 12	“Ele começa por actuar imaturamente quando está perante um problema difícil ou quando está sob <i>stress</i> ”
n.º 39	“Ele fica gelado com o <i>stress</i> , ou faz sempre o mesmo (imobiliza-se perante o <i>stress</i>)”
n.º 44	“Ele submete-se ou entrega-se (afasta-se), na situação de conflito ou desagradável”
n.º 45	“Quando está sob <i>stress</i> , desiste e recua”
n.º 46	“Ele tende a ficar desfeito sob <i>stress</i> ; fica assustado, pois é penoso”
n.º 50	“Ele tende a ficar doente quando as coisas correm mal ou quando tem muito <i>stress</i> , e.g., dores de cabeça, de estômago, dores, etc. (sintomas de <i>stress</i> fisiológicos)” ³⁷
e 2 dos 8 itens contêm explicitamente a palavra “medo”	
n.º 23	“Ele é nervoso e tem medo”
n.º 55	“Ele tem medo de cair em depressão”

Para além da reacção construtiva, temos 8 itens que descrevem diferentes tipos de recuperação com falta de domínio sobre a acção³⁸, domínio designado como controlo primário (C1.º) (Heckhausen e Schulz, 1995). Na descrição destes 8 itens, 6 itens contêm a palavra *stress* e/ou situação de conflito ou desagradável, e 2 itens contêm explícito o medo sem acção. A reflexão e *ruminação* são conceitos referenciados na investigação em resiliência, e também nesta (e.g., itens n.ºs 99 e 24).

Resumindo: A raiz latina do conceito de resiliência pode ser associada ao ‘novo salto da bola’ ao enfrentar uma superfície dura (Tavares e Albuquerque, 1998). Noutros seres, mas

também no humano, Damásio (2000), por seu lado, descreve a função automática quando um carro se aproxima perigosamente de um peão, bem como a quase impossibilidade do seu completo controlo voluntário. Para actividades mais complexas, o ser humano, após o choque, pode sair dele com uma funcionalidade mais ou menos saudável, mais ou menos robusta.

No mesmo sentido, mas noutros níveis etários, com processos de auto-representações, de auto-regulação e de auto-aperfeiçoamento ao longo da vida, Staudinger e outros investigadores (Staudinger *et al.*, 1995; Baltes *et al.*, 1986; Baltes *et al.* 1990) apresentam a resiliência e as capacidades de reserva na velhice. No seu estudo do idoso, Baltes e colaboradores (Staudinger *et al.*, 1995) também consideram que a resiliência é uma forma de plasticidade e associam-na a um desenvolvimento de capacidades de reserva (CR) para o desenvolvimento, mas, posteriormente e no mesmo artigo, entendem útil dividir a plasticidade em mecanismos de recuperação e manutenção, a que associam a resiliência (e um funcionamento que designam por normal), separando-a da activação das capacidades de reserva, CR, para o desenvolvimento (a que associam um funcionamento óptimo), embora diferenciem a sua aplicação conforme o nível etário.

Entretanto em crianças, Rothbart (1994), por exemplo, avalia a sua funcionalidade construindo uma escala em que designa um indicador como a “(...) *habilidade de suavizar a descida de reactividade, descrita como velocidade de recuperação de picos de aflição* (...) e, dando como exemplo: *leva muito tempo para começar a dormir a sesta*”, considerando uma abordagem da inicial complexa recuperação automática avaliada.

Por outro lado, os 100 itens do CCQ-set também podem ser analisados quanto ao choque e recuperação, mas também registam uma ampla variedade de configurações com que Block pretende fazer uma leitura da funcionalidade dos protótipos, ou tipos de desenvolvimento de personalidade Q (Block, 1961/78).

Para nós é importante o choque e a recuperação, mais ou menos enriquecida com calendários de maturação próprios de cada humano socioculturalmente situado. Assim, parece que na Natureza se tornou possível a filogénese e ontogénese do humano com uma necessária, possível e constante resposta vital, sociobiológica e automática para a sobrevivência, bem como uma, igualmente necessária e humana, variedade de configurações mais ou menos competentes para uma possível recuperação com manutenção ou crescimento no seu quotidiano expressivo.

1.1.3 Impacto: factores/mecanismos de risco, de protecção, de optimização

1.1.3.1 Evolução do risco para a optimização

Segundo a revisão sobre factores de risco e de protecção (Cowan *et al.*, 1996), a construção de uma nova teoria sobre risco/protecção deve ser imputada a Rutter. Cowan e outros (1996), neste contexto, definem risco como uma série de processos e não como uma categoria estática, que se direcciona para um maior ou menor grau de adaptação, por exemplo, “(...) o risco não deve ser atribuído à fuga social ou timidez, mas reside nos processos associados à fuga (falta de um feedback positivo dos outros, etc)” (Cowan *et al.*, 1996). Inicialmente, risco era definido como uma predisposição individual para resultados negativos ou indesejáveis; é posteriormente definida a vulnerabilidade como um amplificador de resultados negativos na presença de risco e *buffering* como um redutor de probabilidade de resultados negativos, apesar dos riscos.

Actualmente, Rutter (2002)³⁹, e como anteriormente (Rutter e Rutter, 1992), considera 4 mecanismos mediadores do processo de protecção psicossocial, sendo também “ (...) algumas das chaves na promoção de perfis resilientes” (*abstract* da comunicação, 2002): 1) redução do impacto de risco; 2) redução de reacções em cadeia negativas; 3) estabelecimento e manipulação da auto-estima; 4) abertura de oportunidades. Estes são os mecanismos mediadores propostos em 1990 (citado em 1992) e baseado em resultados seus e em investigações então analisadas.

Neste campo de investigação, do risco passou-se ao estudo de *buffering*⁴⁰, e, mais tarde, à análise de mecanismos de risco e de protecção, enquadramento em que Rutter se situa (Cowan e Cowan, 1996). Com Rutter existe uma abertura a novas hipóteses concretizada no referido ponto 4. Este último autor também considera que os mecanismos de protecção são um somatório de processos que são mais claramente compreendidos em situações de *stress* ou de desafio. Juntamente com Marjorie Rutter (1992), sublinham igualmente que não se deve retirar o risco, pois pode ser uma oportunidade para uma boa adaptação⁴¹, mas,

pela nossa parte, gostávamos de separar visões bem diversificadas e, com certeza, apostas bem diferentes.

*Quadro 1-3: Separação de perspectivas de investigação
(resiliência: traço ou desafio)*

Perspectivas em/da Estudos de	Situações de desafio	Visão da resiliência como traço imutável
Rutter (1992, 2002)	Mecanismos de protecção	Traço (com possibilidade de ligeira variação em “ <i>turning-points</i> ”)
Grotberg (1995)	Educação em resiliência	S/ traço comportamental C/ variação da resiliência
Kobasa/Ouellett (1979, 2001)	Definiu <i>hardy</i> incluindo o desafio; desde 1979, sente importante a educação em <i>hardiness</i> , mas não a investiga. O mesmo acontece em 2001.	C/ expectativa da variação (das disposições de personalidade <i>hardiness</i>)
Caspi (2000)	Questiona a razão por que “a criança é o pai do homem” (2000), existindo, no humano, tanta possibilidade de mudança!	Neste artigo de 2000, não esperava o resultado dos seus estudos longitudinais sobre a funcionalidade humana (B5/FFM)

Um estudo que, como veremos, se iniciou com o espanto de Anthony sobre crianças em envolventes adversas que se apresentavam “emocionalmente saudáveis e competentes”, tem, ainda hoje, uma visão acentuada de resistência e defesa perante esses contextos.

Assim, propomos que, neste caminhar para uma maior compreensão sobre o constructo e de raízes tão diversas, se considerem designações diferentes para perspectivas, empenhos e questionamentos também distintos (Albuquerque e Tavares, 1999), como este quadro sublinha. Explicitamente para o estudo em resiliência, propomos que continuem a ser utilizados os termos “mecanismos de risco”, “mecanismos de protecção”, e, para estudos em desafios, nomeadamente em educação, se denomine “mecanismos de optimização”.

1.2 Dimensão do Controlo como I Enquadramento de Conceitos

1.2.1 Actividade: níveis, essência do humano e graus de adaptação

1.2.1.1 Actividade humana e o ser de expressão. Natureza da resiliência

Considerando o ser humano como um ser de expressão (Miranda Santos, 1989), verificamos que, na sua interacção com a envolvente, a sua essência se exprime por uma *forte actividade interior e exterior*.

Vejamos o modelo de Miranda Santos sobre os diferentes níveis de funcionalidade de organismos vivos, sendo o nível intelectual acessível só ao humano (Miranda Santos, 1990; Albuquerque e Miranda Santos, 1997; Albuquerque e Tavares, 1999). No humano, o nível intelectual permite como que uma *reprise* dos outros níveis.

Quadro 1-4: Funcionalidade humana: níveis / aspectos

Miranda Santos (1989, 1990), por nós adaptado*(2003)⁴²

ASPECTOS NÍVEIS	contacto com o real Cognitividade	valorização do real Afectividade	...
<i>Automático</i>	Actividade reflexa	Actividade instintiva	
<i>Sensitivo</i>	*Percepção *Sensação	Emoção Sentimento	
<i>Intelectivo</i>	Pensamento Intelecção	Opção Iniciativa	

Mas, relembávamos que, se por acaso o fogo passa, o maior ser do planeta Terra, a árvore, morre tão estoicamente quanto viveu (Albuquerque, 1997). Na sobrevivência do ser animal, só tem sucesso aquele organismo que é *bem activo*, externa e internamente: obtém energia da envolvente, conserva a espécie e *mantém a sua integridade*. Nos seres que têm cérebro, parece que a indução de todas estas funções está bastante sobreposta e localizada numa região interior, mediana e central desse mesmo cérebro (Damásio, 1995, 2000, 2001, 2002, 2003a,b).

Vejamos como o ser humano e outros seres, *e.g.*, estão preparados para *uma situação difícil e inesperada*. A sua capacidade de **acção** parece estar inteiramente relacionada com o corpo em cada instante “(...) *e não faz sentido sem ele* [corpo]” (Damásio, 2000). Seguindo este investigador e observando o João, vejamos a seguinte descrição da actividade humana. João já começa a travessar a rua, mas, apesar de o fazer na passeadeira de peões, sente-se inseguro, pois vem um carro com toda a velocidade... A perspectiva de aproximação do carro é a sua perspectiva, e não a do Manuel, que vai no outro passeio, ou da Joana que está à janela do 5.º Esq., que também ouvem e vêem o carro, cada um à sua maneira e sob um ângulo diferente em relação ao próprio corpo.

Principalmente a sua cabeça e o seu pescoço, mas também todo o corpo, em geral, de uma forma o mais equilibrada possível (com o bailado rápido das posições dos braços, joelhos, etc), orientam-se na direcção do carro, de modo a poderem manter bem focado o objecto veloz que se aproxima. Este ajuste é multidimensionado, como Damásio (2000) realça. Sinais do ouvido, que capta o tipo, qualidade, direcção e movimento do som, chegam também ao córtice S1 somatossensorial e S2 e ínsula; o sistema vestibular do ouvido interno serve para indicar ao próprio corpo a sua posição no espaço tridimensional e está relacionado com o equilíbrio; os colículos superiores – nos tubérculos quadrigémeos, na parte posterior do tronco cerebral, juntamente com núcleos do tronco cerebral, orientam o movimento dos olhos, cabeça e pescoço - e o tratamento visual e imagético, nos córtices occipital e parietal, modulam ao mais alto nível o processo (Damásio, 2000). A concomitante emoção, associada à expectativa da situação que se aproxima, é um marcador somático, como este investigador tem realçado (1995); no contacto com a realidade, a afectividade aprecia/valora a situação de nível sensitivo, e (*e.g.*, Miranda Santos, 1989, 1990; Albuquerque e Miranda Santos, 1997), permite que, de um modo inato, *o corpo zele pela sua integridade, actuando*, prestando atenção e, neste caso, saindo da rota de aproximação do carro. A rápida e pronta acção do corpo do organismo, do João é acompanhada de constantes modificações do estado do corpo, do *milieu* interno deste organismo assim designado por Claude Bernard, *mas cujas variações não podem ultrapassar certos limites bem apertados*. Os estados do corpo são constantemente construídos, sinalizados em núcleos do tronco cerebral, no sistema reticular. Na

investigação de Damásio e colaboradores, surge o modelo proposto por Damásio (2000), segundo o qual esta capacidade *activa* do organismo é induzida pelo realce imagético da modificação dos estados do corpo aquando da interacção objecto-organismo⁴³.

Esta actividade inata é, no modelo de Damásio, a base da posterior actividade consciente, criativamente planeada. Em passos largos, e no estado de vigília, o proto-si constantemente formado modifica-se; a atenção realçada bem como a memória de trabalho vão-se estendendo e enriquecendo, despontando assim a memória autobiográfica. Este passo possibilita a consciência alargada que, através da linguagem, parece potenciar, na proposta deste investigador, o acontecer da consciência.

O processo automático anteriormente descrito, e que tem sido útil para o manter da vida do organismo, é, na perspectiva de Damásio, ampliado pela possibilidade da consciência, para o bem e para o mal, no sentido de manter a qualidade de vida do organismo com essa possibilidade. A isto se refere, mais explicitamente, com a homeostasia social (Damásio, 2003a,b).

A homeostasia é um somatório de possibilidades associado à objectivação de uma necessidade e/ou desejo e planeamento da *acção* perante uma meta de realização, como lembra Ralha-Simões (2001). Será também útil na sobrevivência do humano e instituições humanas enquanto, individualmente e em grupo, o ser humano souber manter a concretização da qualidade de vida. Vamos assinalar o contributo do *envolvimento em diferentes actividades* reflectido por Staudinger e outros investigadores (1995). Segundo indicam, os dados apontam a actividade como favorável ao desenvolvimento em grandes transições da vida adulta. Estudos em resolução de problemas sublinham igualmente o envolvimento activo no quotidiano (Vaz Serra, 1988). Sendo a reflexão e a actividade funcionalidades *essenciais* do humano (*e.g.*, Staudinger, Marsiske e Baltes, 1995; Rutter e Rutter, 1992), torna-se imperioso o seu envolvimento em actividades que preencham (e enriqueçam) o seu tempo, de acordo com metas e prioridades saudáveis. No nosso modelo, a actividade é abrangida de diferentes modos e nas três dimensões, nomeadamente no indicador de bem-estar activo (compromisso), no que apelidámos de “actividade facilitadora/distensão saudável e autónoma” (controlo) e numa “efectiva actividade descentralizada” (desafio).

Também Rutter e Rutter (1992) referem que a *actividade é essencial no humano*. Este ser de código genético aberto (Jacob, 1970) não deixa de utilizar directamente o seu código

biológico numa actividade inata, mas ultrapassa-o, e, actuando, aprende ao longo de toda a vida⁴⁴ (Fernando Carvalho Rodrigues, 1992; Miranda Santos, 2004). Neste ser que essencialmente se exprime, a resiliência é responsável pela manutenção da acção mesmo que potencial, dizia H. Ralha-Simões (2001)⁴⁵. Na aplicação do nosso modelo, o termo ‘desânimo’ é um conceito de senso comum muito utilizado, traduzindo a falta de envolvimento ‘para e na acção’. Este termo e posteriormente o ‘ânimo’ tiveram tratamentos diferentes. Considerando o envolvimento ‘para e na acção’, estamos a tentar encontrar um eficaz indicador geral do nível de resiliência, subjectivamente sentido.

Diríamos que a **natureza da resiliência** se traduz nesta manutenção de acção adequada. Na expressão deste ser, a resiliência tem assim um papel fulcral. Se a actividade é construtiva⁴⁶, elabora-se uma das funcionalidades extremas, em que o humano promove a sua complexidade. Esta última funcionalidade é implementada pela mais adequada gestão de conflitos, fruto de uma raiz biológica, estando geneticamente pronto para também responder a uma agressão, mas enriquecendo-se com a formação da consciência, “motor da acção deliberada” (Damásio, 2000). No outro extremo, a actividade torna-se não construtiva, podendo surgir *uma história de falta de controlo*, de *mediação cognitiva “ruminante”* e de *uma passividade inadequada*, que constituem os 3 critérios propostos por Seligman (1991), reveladores da falta de saúde pessoal.

É sobre uma perspectiva geral desta funcionalidade e a sua ligação com os conceitos de resiliência e de *helplessness* que nos iremos debruçar no próximo momento.

1.2.1.2 Actividade e grau de adaptação: Resiliência e *helplessness*

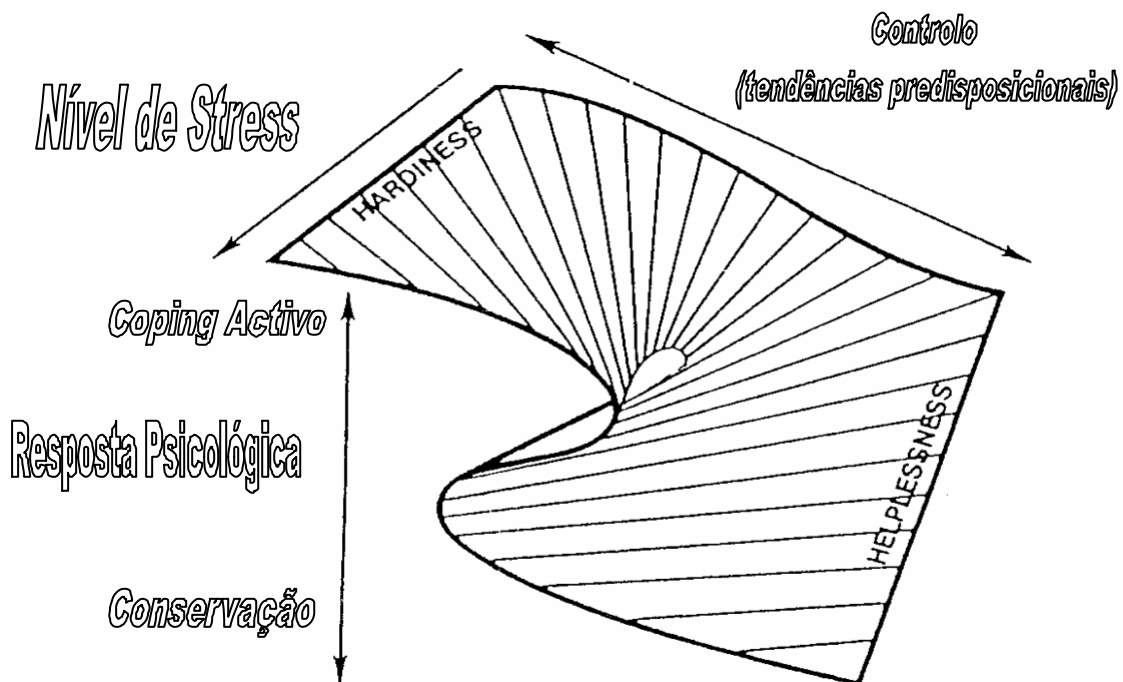
A *actividade* com alto grau de resiliência e a *involuntária inactividade* inadequada (ou passividade inadequada), a falta de história de controlo e a mediação cognitiva menos construtiva que Seligman (Peterson et al., 1995) sublinha como indicadores de *helplessness*, são extremos de funcionalidade humana, como temos referido. Nos mecanismos de interacção do humano com a envolvente, experimentam-se perdas, impedimentos, enfraquecimentos, rejeições, que provocam um desânimo relativo. Para esta falta de saúde, parece que “(...) o monopólio da atenção na vida, [e outras situações]

terminam com episódios ou crises depressivas” (Bandura *et al.*, 1999). Esta **atenção na vida** parece ser uma âncora fulcral no quotidiano de cada um. Vaz Serra (1988b), no Inventário de Resolução de Problemas (IRP), também o considera, tanto na revisão teórica como na construção do instrumento e sua aplicação.

Ora, teoricamente, Tapp (1985) propõe um modelo em que tem em conta o *hardiness* (ou resiliência, como veremos) e o *helplessness* como os dois extremos da funcionalidade humana (actuação proactiva *versus* conservação/fuga⁴⁷, estudado em associação com o nível de dificuldade sentida e o controlo - figura que se segue).

Helplessness ou “aprendizagem do desânimo”, estudada especificamente por Seligman e outros investigadores, traduz uma falta de saúde pessoal. Esta última também tem sido abordada por Bandura (1999), apostando na crença sobre a eficácia pessoal percebida.

Figura 1-3: Superfície de Tapp: Hardiness/Helplessness



A superfície reflecte as interrelações entre as tendências pessoais de controlo, nível de *stress*, e as respostas proactivas e a de conservação/fuga.
 adaptação de Tapp (1985)

No quotidiano, tanto adultos como crianças sofrem reacções de depressão de vez em quando, embora nem em intensidade nem em duração que as formas clínicas apresentam (Bandura, 1997; Palacios *et al.*, 1995). Na nossa perspectiva, a *construção de resiliência* para o indivíduo tem de ter em atenção a condição afectiva, pois pode ser de enfraquecimento psicológico do bem-estar e qualidade do seu funcionamento, como o estudo de casos indica. Por outro lado, nesta construção, para além dos aspectos genéticos e contextuais, uma história de firme sentido intelectual de eficácia cria resiliência à falha e passos em falso (Bandura, 1991). Este último investigador indica que a crença resiliente também pode “(...) *sustentar alto nível na motivação*” (*idem*). O grau de auto-eficácia no exercício do controlo sobre situações difíceis (sociais e de tarefa (quotidiana /académica /profissional)) é lido por Bandura como fonte e consequência do domínio da situação. Por esta razão, o seu estudo é estendido à eficácia e competência, mas também a uma má funcionalidade quando, por exemplo, o humano já assume uma inadequada passividade, o que, na teoria do *helplessness*, é um dos 3 critérios para uma avaliação do baixo nível de saúde/doença do indivíduo, como inicialmente foi referido.

Assim, nesta perspectiva proactiva (Bandura, 1997; Asimov, 1988), o ser humano é *um ser que actua*, e, nesta sua expressão, entre os mecanismos de intervenção humana, “(...) *nenhum é mais central ou universal do que as crenças na sua eficácia para regular o seu próprio funcionamento e o exercício do controlo sobre as situações que afectam as suas vidas (...) é o fundamento da (sua) intervenção*” (Bandura, 1997). A actuação que se torna assertiva ultrapassa a falha, sendo enriquecida por uma consciência clara, no sentido de Damásio (1995), e, num envelhecimento bem sucedido (Baltes, 1996), é fulcral na expressão humana (*e.g.*, Vaz Serra, 1988c; Campbell *et al.*, 1996).

Num bom funcionamento, resulta assim um ser humano que se envolve, é activo, faz a aprendizagem do ânimo e encaminha a sua actividade numa aprendizagem ao longo de toda a sua vida (talvez por ciclos e reciclos), podendo atingir níveis mais adequados e saudáveis, ou *pelo menos*, não deixa de ter a atenção na vida, o que por sua vez, traduzirá o controlo secundário (C2.º) de Rothbaum e outros (1982) ou ainda de Heckhausen e Schulz (1995), na Teoria ao longo da vida dos 2 Processos de Controlo, que passaremos a abordar (em 1.2.3), após a exploração da emoção e seu controlo, que se segue.

1.2.2 Modelo Emocional e seu controlo

1.2.2.1 Introdução: a atenção e a pauta de comportamento

No contexto da situação difícil, como reagimos interna e externamente? Estando a analisar a construção da capacidade de recuperação perante a dificuldade ao longo da vida, a justificação teórica da actuação de um resiliente vai ser introduzida debruçando-nos sobre o papel da atenção na interacção do humano com a envolvente. Nesta subsecção, a reflexão é baseada na investigação de Damásio e colaboradores (Damásio, 2000). Segundo este autor, ‘a actuação da orquestra’ do nosso comportamento revela o nosso interior e tem vários ‘instrumentos de avaliação’. A “(...) *partitura comportamental*” é constituída por: **1** - um relato verbal; **2** - acções específicas; **3** - emoções específicas; **4** -atenção dirigida; **5** - atenção elementar; **6** - emoções de fundo; **7** - estado de vigília.

O modelo de Damásio (2000) sobre o funcionamento consciente do humano “(...) *é função da existência do próprio organismo onde a consciência se desenvolve e do empenho desse mesmo organismo em interagir com objectos específicos (interiores e exteriores)*”. Estamos, neste momento, interessados no humano acordado e *neste empenho com objectos* que o investigador releva. Parece ser um empenho constante, sendo disso exemplo a fluidez de pensamento, como refere⁴⁸. 1-2- são entendidos como comportamentos dirigidos adequadamente quando são verificados também num longo período de tempo; 1-2-3-4 - constituem uma boa indicação da existência da ocorrência de consciência; 5-6-7 - estão sempre presentes num comportamento normal e são sinais externos das condições internas compatíveis com o aparecimento da consciência, segundo diz; 5 - quando “(...) *olham, tocam e seguem um objecto de forma elementar mas não existe qualquer sinal que venha de um conhecimento real: ausência de um objectivo global para o comportamento*”. Por outro lado, 4- (1-7) (...) *Sabemos que organismos num estado de consciência normal estão acordados, estão atentos aos estímulos do seu ambiente, ao seu contexto e ao que julgamos ser o seu objectivo: comportam-se adequadamente*”. (idem,). Este comportamento adequado inclui tanto emoções de fundo como certas acções específicas e certas emoções específicas que ocorrem numa dada cena. Um observador especializado, continua a referir este investigador, consegue avaliar se existem ou não as seguintes situações: um estado de vigília; a capacidade de prestar atenção; uma emoção de fundo; finalidade e adequação do comportamento.

O tempo e a concentração sobre os estímulos competentes da atenção indicam a existência (para além da consciência normal) de um objectivo global e de um organismo com um comportamento intencional. A atenção dirigida ou alto nível de concentração, para ser adequada, “(...) *é acompanhada por um fluxo de estados emocionais (emoções de fundo que realçam continuamente as acções individuais - as mãos por exemplo - e postura global do corpo bem como o grau e tipo de animação da face, como veremos).*”(idem)

No estado vigil, o humano actua guiado ou influenciado pelas emoções e seu controlo (Damásio, 2000) e, num comportamento adequado, a atenção e a consciência “(...) *influenciam-se mutuamente, numa espiral ascendente*”(idem).

Registamos ainda o que este investigador entende necessário para a regulação homeostática, cujo leque de funções inclui a emoção. A referida regulação “(...) *requer um período de vigília, com a finalidade de procura de fontes de energia; um período de sono, presumível para rearmazenamento de substâncias químicas esgotadas e necessárias à actividade neural; a atenção, para a interacção adequada com o ambiente; a consciência para que possa ter lugar um nível mais elevado de planeamento de respostas à medida de um organismo individual*”(idem).

Considerando, por seu lado, Eisenberg e colaboradores (2000), verificamos que, ao trabalharem com crianças, esperam que a regulação da atenção reflecta primeiro uma regulação da emoção, embora também possa, em segundo lugar, reflectir uma particular regulação do comportamento. Como afirmam, “(...) *uma regulação interna é uma medida para o regulamento do comportamento*”(Eisenberg et al., 2000).

1.2.2.2 Emoção e o comportamento adequado

Na aplicação e construção do nosso modelo de resiliência, estamos interessados nos indicadores de controlo emocional e social. Assim, vamos abordar principalmente o modelo de Damásio sobre o funcionamento neurológico deste ser que age baseado no que, em geral, apelidamos de emoções, designação em reanálise, e que se auto-regula dentro de uma “banda estreita de existência vital”, bem como o modelo de Eisenberg e colaboradores, que propõem a emocionalidade e a sua regulação como indicadores do funcionamento social humano.

Damásio (1995, 2000, 2003) sugere a existência de diferentes graus de emoções que, sendo predeterminadas geneticamente, exercem “(...) *uma sua tirania*”, no sentido de que, só as suas expressões mais externas, como, por exemplo, a expressão facial, o movimento do corpo, o respirar fundo, etc., como veremos, são mais facilmente reguláveis ⁴⁹.

Este investigador realça que as emoções *foram úteis e são úteis* constantemente, razão por que, na evolução, **elas e o seu controlo permaneceram**.

Neste núcleo de investigação é realçada e proposta a justificação da perda da emoção, com a simultânea perda do menor nível da capacidade de conhecer (consciência nuclear), bem como da perda da atenção no estado de vigília ⁵⁰.

Quadro 1-5: Níveis de regulação vital do humano

Adaptação de Damásio (2000)

RAZÃO SUPERIOR	Planos de resposta complexos, flexíveis e individualizados são formados sob a forma de <i>imagens conscientes</i> e podem ser executados como comportamentos	Com reflexão e plano Controlo sobre a tiranias das Emoções
SENTIMENTOS	Padrões sensoriais que assinalam Dor, Prazeres e Emoções quando <i>se transformam em imagens</i>	(Damásio, 2000, 2003a)
EMOÇÕES	Padrões de resposta complexos e estereotipados, que incluem Emoções secundárias, primárias e de fundo (E 2.ª, E 1.ª e E fundo)	E 2.ª - vergonha, ciúme, culpa e orgulho E 1.ª - alegria, tristeza, medo, cólera, surpresa, aversão E fundo - bem-estar, calma, mal-estar, tensão
REGULAÇÃO BÁSICA DA VIDA	Padrões de resposta relativamente simples e estereotipados que incluem: regulação metabólica , reflexos, <i>mecanismos biológicos</i> subjacentes do que <i>se irá tornar</i> Dor, Prazer, Impulsos e Motivações	Kit de sobrevivência <i>futuro Prazer</i> ▶ E⁺ , mais tarde associadas ao sexo <i>futura Dor</i> ▶ E⁻ , preparação p ^a perda (de tecido) <i>Motivação</i> ▶ sede e fome, busca de energia do exterior

Legenda: O símbolo → representa o princípio da causalidade “*e.g.*, a dor pode induzir emoções e algumas emoções podem incluir um estado de dor”; **E⁺**, emoções positivas e **E⁻**, negativas, respectivamente.

O *kit* de sobrevivência inclui também estados biológicos que, com o uso da autoconsciência, podem ser percebidos como impulsos e motivações e como estados de Dor e Prazer.

Para rapidamente abordarmos esta perspectiva de diversos graus de significado, deixamos aqui uma pequena adaptação de um quadro deste mesmo investigador sobre os diferentes níveis de emoções (Quadro 1-5).

1.2.2.3 *Papel do que se tornará dor e prazer*

A perspectiva evolutiva está contida nos alicerces do modelo de Damásio, pelo que sublinhávamos que nos vamos debruçar sobre algo que hoje funciona holisticamente e que, na prática, não está separado, mas é separável, para uma melhor compreensão da evolução, estrutura e possibilidade do funcionamento/actividade do ser biológico. Na evolução e nas diferentes adaptações da regulação vital, pode-se verificar que a capacidade das partes tem menores possibilidades que o seu conjunto (*e.g.*, Damásio, 2000). Consequentemente, o ser, no seu aspecto holístico, ao adaptar-se de novo à envolvente, pode construir funcionamentos eficazes com hipóteses amplificadas. Ao observar a diversidade espectacular da Natureza neste Planeta e possibilidades deste Universo⁵¹, tudo aponta para a evolução da organização da matéria que Darwin, o observador, investigador e marco científico, veio trazer à consciência da Humanidade, tendo ecologicamente sido útil a diversidade de espécies.

Por seu lado, Damásio (2000) propõe para o humano, como o anterior Quadro 1-5 do Nível de Regulação Vital exprime, que essa mesma regulação possui um “kit de sobrevivência” que ainda não é dor nem prazer, implicando também os mecanismos que lhe estão subjacentes. Estes últimos pressupõem um posterior sentir o seu próprio organismo, um sentimento de si. No modelo psicológico de Miranda Santos (Miranda Santos, 1990; Albuquerque e Miranda Santos, 1997), esta regulação básica da vida parece-nos poder estar associada ao nível automático (Quadro 1-5).

Segundo Damásio (2000), a emoção, a consciência e os mecanismos da regulação básica da vida, **1.º**- estão profundamente ligados, física, biológica e psiquicamente⁵². É proposto também, **2.º**- que essa ligação tem registo biológico, no funcionamento cerebral do organismo, encontrando-se os seus fundamentos na zona mediana e interna cerebral. Os resultados da investigação sugerem-lhe também que estes suportes estão interligados **3.º**- para a conservação da vida, útil ao organismo, bem como a associação desses mesmos organismos. Esta função não é um luxo supérfluo, como sublinha.

Vamos falar indirectamente dos mecanismos da dor e do prazer, pela sua ligação à resiliência. Segundo aquele autor, só os conhecemos pelo que sentimos e temos consciência⁵³.

Em primeiro, falar da dor e do prazer é uma simetria aparente “(...) *pois desaparece à medida que, na evolução, os comportamentos se tornam mais complexos*” (Damásio, 2000). Não são o reflexo um do outro, tendo duas genealogias diferentes para a regulação vital. Os mecanismos da **dor** parecem estar ligados à conservação da integridade do organismo, ligado à *unidade* “(...) *do tecido vivo (doenças internas ou mesmo externas, como a provocada pelo predador)*” (idem). O **prazer** “(...) *conduz o organismo à manutenção do seu equilíbrio, à sua homeostasia*”(idem).

Considerando a evolução da organização da matéria, o aparecimento da membrana, relevada por Claude Bernard, é um ponto crucial para o caminho do complexo (e.g., Damásio, 2000; Archer, 1988). Segundo Damásio (2000), os mecanismos da dor e prazer, a emoção e a consciência de um organismo podem estar ligados à integridade e necessidades básicas do interior dessa membrana⁵⁴, entidades dinâmicas essas que têm de funcionar *numa banda extremamente estreita* e, portanto, requerem continuamente uma supervisão com uma regulação exigentíssima, tão bem realçadas pela diversa comunicação de Damásio.

1.2.2.4 *Alguma reestruturação da designação emocional*

Considerando os diferentes níveis de constructos como os de emoção e de consciência, no modelo de base neurológica de Damásio (2000), acredita-se estarem associados. No entanto, a este investigador custa-lhe *a considerar como emoções a dor e o prazer, por constituírem padrões de resposta demasiado estereotipados e relativamente simples*. Como o quadro da regulação vital indica (Quadro 1-5), é num nível superior que então considera a existência dos três níveis de emoção: as de fundo, de 1.^a e de 2.^a ordem (respectivamente E fundo, E 1.^a e E 2.^a) (E2.^a correspondem às E sociais, 2003a); quanto à complexidade, também estão em posições diferentes o sentir essas emoções e, noutro nível, o ter conhecimento desses sentires, o sentir o sentir; assim a regulação vital existe em diferentes níveis, tendo causalidades ascendentes e descendentes, como referem (representado pelas setas, no Quadro 1-5: “Níveis de Regulação Vital Humana”).

Neste Quadro 1-5, a designação de emoções de fundo está associada ao que considera serem expressões do estado de espírito geral e normalmente induzidas internamente. Este espírito geral pode ser tenso, irritável, desanimado, entusiasmado, em baixo, bem

humorado, etc, e estas diferentes manifestações não sobrevivem quando a consciência nuclear está comprometida⁵⁵. O estado de espírito geral pode ser “(...) *Detectado por pormenores subtils: postura corporal, velocidade e contorno de movimento, constante velocidade de movimentos oculares, constante contracção muscular facial*”⁵⁶(Damásio, 2000). As emoções 2^{as} são também consideradas geneticamente determinadas, mas com alguma influência social. Para o comportamento, nomeadamente o social, a emoção tem uma importância fundamental como é verificado por este investigador, por exemplo, na experiência de vida da doente S com as duas amígdalas calcinadas. Uma face que, em geral, “mete medo”, parece não lhes ser significativa, apesar da imagem facial do medo ser processada⁵⁷. A face não é valorada e, sequencialmente, S não altera o seu comportamento social.

Diz este investigador que “(...) *não é fácil decidir o que é uma emoção*” e, no crescimento do conhecimento científico sobre a emocionalidade, bem como processos e designações que lhe estão subjacentes, Damásio (2000, 2001, 2003a,b) prefere manter a nomenclatura tradicional, como referência, iluminando com diferentes perspectivas de resultados científicos o uso dos termos, propondo no entanto a divisão em emoções de fundo, 1.^{as} e 2.^{as}⁵⁸, como vimos. Relativamente às emoções 2.^{as} evolutivamente propõem ser mais tardias e possivelmente desenvolvidas quando já estivesse *amadurecida a consciência* de si. A lesão do córtice pré-frontal (zona da sua indução) sugere-lhe poder levar a comportamentos socialmente desadequados. Outro aspecto é o surgir de um calendário de maturação para estas emoções 2.^{as}, possibilitando, por exemplo, uma sociabilidade/timidez e o gerir do orgulho e fracasso significativos, já abordados e sumariados no Quadro 1-1 e no Esquema 1-5 (entre os 2-4 anos).

Comparando os 3 níveis “(...) *notamos uma progressiva especificação dos indutores, da especificidade dos alvos das respostas, bem como uma diferenciação progressiva dos controlos, de global para local.*”(o realce é nosso).

De notar que, no seu ponto de vista, prazer e dor estão associados a emoções (ver Quadro 1-5). O prazer é causa e qualidade da constituição de emoções. A dor está associada a emoções negativas (E⁻), por exemplo, “(...) ao sofrimento, combinação de angústia, medo e de tristeza” e o prazer associado a emoções positivas (E⁺)“(...) *a diferentes tonalidades de felicidade e de orgulho*” (*idem*).

A dor é, na opinião deste investigador, “(...) *um dos mais poderosos determinantes do curso da evolução biológica e cultural*” (ver a experiência do “jogo das cartas” e a doente S, com as 2 amígdalas calcinadas – expressões associadas E, na dor que não é aprendida, mas no 2.º caso, sem medo e portanto sem dor), podendo ser visto como “(...) *uma ideia tardia da Natureza, para tentar resolver um problema quando este surge*” (os sublinhados são nossos).

O prazer é útil, pois favorece o aumento das expectativas quando são atingidos os objectivos ou termina o processo de procura. No entanto, quando abruptamente deixa de existir, pode surgir a cólera ou a dor, como relembra Damásio (2000).

A dor parece estar alinhada com o castigo, associado a comportamentos de recuo e paragem. O prazer, por sua vez, parece estar ligado à recompensa, permitindo mais facilmente a curiosidade, a exploração de limites e a abertura ao exterior, possibilitando a recolha de energia. São processos muito antigos, que parecem estar destinados a ajudar a solucionar problemas biológicos muito diferentes (Damásio, 2000).

1.2.2.5 *Papel das emoções*

Passando ao papel das emoções, diremos que, na perspectiva de Damásio (2000, 2003a), têm duas funções muito sublinhadas: a 1.ª- possibilita respostas específicas, como por exemplo a imobilização (*freezing*); a fuga (*flight*); o ataque a inimigo (*fight*); e o comportamento agradável; a 2.ª- promove a regulação do estado interno do organismo, a homeostasia.

Como a designação indica, e continuando com este investigador, a ‘emoção’ cruza-se com ‘movimento’, existindo padrões de actividade potencial para a generalidade do ser vivo. No entanto, num nível de maior complexidade, tornam-se significativos dois aspectos: A) as emoções fazem parte da regulação homeostática, mas esta tem a possibilidade de ser sentida e conhecida no humano, o que a pode alinhar com valores pessoais e sociais; B) por outro lado as respostas emocionais são prontas e variadas, podendo ser interiores ao ser ou transparecer exteriormente (bailado corporal e expressões faciais), possibilitando a comunicação. Esta mímica parece não ter significado emocional espontâneo para indivíduos com lesões em zonas de indução emocional, apesar de cognitivamente as

descreverem precisa e correctamente; no entanto *dificulta-lhes a empatia (compreensão do outro)*⁵⁹.

No seu modelo, as emoções fazendo parte da regulação homeostática e a sua indução ou causalidade podendo estar no ‘sentir das emoções’ bem como no ‘tomar consciência’ delas, consequentemente a possível regulação está entrelaçada com valores. As emoções 2.^{as} parecem absorver algum valor cultural. Este é mais explícito na exposição de ulterior investigação (Damásio, 2003a, mas também, 2002,2003b).

1.2.2.6 Regulação emocional segundo diferentes autores e Eisenberg

Ao acabar de registar mais este aspecto social e cultural num modelo complexo das emoções, iríamos agora analisar a posição e resultados da investigação na emocionalidade e seu controlo na criança, com diferentes investigadores e com Eisenberg e colaboradores (por vezes associados a efeitos sociais). No funcionamento da criança, se a emocionalidade parece estar a ser melhor compreendida, o seu controlo efectivo ainda é bastante nebuloso para alguns investigadores (Eisenberg, 2000).

Gunnar (1980) advoga a existência de um impacto das expectativas individuais na regulação emocional. Concretamente, entende que a emoção experienciada pela criança já surge controlada intuitivamente perante o que pode acontecer e as possibilidades de resposta que ela julga ter.

Neste âmbito funcional há, por outro lado, a perspectiva da falta de controlo sobre a emoção, partilhada por exemplo por Ekman *et al.* (1988). Noutra linguagem científica, a neurociência refere (como vimos com Damásio) que o que normalmente designamos por emoção constitui-se na/para a regulação vital/homeostática e, portanto, é responsável pela manutenção da dinâmica humana dentro *da estreita banda da existência da vida*, pelo que travar completamente a total expressão emocional (indução, execução, projecção) é, no entender de Damásio 2000, “(...) controlar o incontrolável”, posição que, noutra linguagem científica, também é assumida por Miranda Santos (2004, 1998). Aproveitando o exemplo de Damásio (2000), mesmo “(...) *aqueles de hábitos no lidar com público, que mais*

facilmente regulam a sua emocionalidade relativamente à sua expressão externa, e.g., expressão facial e movimento do corpo”, como é o caso de Maria João Pires, é-lhes difícil controlar a tirania da emoção. No entanto, esta pianista repetidamente demonstrou que, para além da regulação muscular facial, a condução eléctrica da sua pele estava também controlada! Mudando de linguagem científica, mas no mesmo sentido, “(...) *o controlo através do respirar fundo*” (Pereira, 1999) é algo útil e que está mais facilmente, e naturalmente, ao nosso alcance (Miranda Santos, 2004). Hoje Damásio (2003a e b) fala-nos dos sistemas de homeostasia social, aposta esta que possibilita o espaço de liberdade e de alguma regulação.

Também outras investigações estão interessadas na emoção e sua regulação. Embora com ligações complexas, na funcionalidade humana e entre as dimensões avaliadas, a teoria de Block e colaboradores (1980) propõe o registo do egocontrolo e da egoresiliência. Esta última flexibiliza o egocontrolo e este, por sua vez, traduz-se pela expressão ou inibição de impulsos e actividade do humano. Eisenberg (2000) utiliza a expressão “regulação emocional” (abrangendo diferentes perspectivas, como veremos) e aplica itens da operacionalização de Block na avaliação do controlo comportamental -realizado por crianças e realizado por professores e educadores.

Por sua vez Bandura e colaboradores (1999) registam que em estudos subsequentes também estão interessados na investigação do controlo emocional, pelo que é estudada a eficácia pessoal observada sobre o controlo emocional, designado como mais eficaz.

Miranda Santos, numa visão social cognitivista desenvolvimentista, na aplicação teórica do seu modelo da construção humana (Figura 1-1) à violência e outras formas de expressão, refere a falta de optimização das potencialidades deste ser-envolvente, em que a comunicação, com educabilidade através do outro, não foi possível (2004)⁶⁰.

Por seu lado, Eisenberg e colaboradores investigam o controlo na perspectiva de regulação da emoção. Na sua investigação com crianças, Eisenberg (2000) entende útil diferenciar entre processos de regulação dos estados psicológicos interiores e a regulação do comportamento que lhes está associada. Consideram como regulação da emoção “(...) *o processo de iniciação, manutenção, modulação e variação de ocorrência, intensidade ou duração dos estados internos, do sentir e dos processos fisiológicos relacionados com a emoção, muitas vezes, ao serviço do alcance de uma meta*”, resultantes dos estados internos, das reacções psicológicas internas e das fisiológicas.

Por estes investigadores, a regulação do comportamento associada às emoções é definida como “(...) *um processo de iniciação, manutenção, inibição, modulação, alteração da ocorrência, forma e educação do comportamento concomitante com a emoção que inclui, e.g., observações faciais e gestuais e outros comportamentos que se opõem ou estão associados a estados internos fisiológicos, psicológicos e a objectivos.*”

Tendo em atenção os esquemas a seguir indicados e, de um modo sumário, diremos que, nesta investigação, é estudada a relação entre B e C sobre A. B prediz A. B₁ foi mediador, em determinadas situações. Resumidamente, estes investigadores trabalharam estes temas em diferentes níveis etários. Os resultados destes estudos, de algum modo, realçam a predição do funcionamento social (e não problemas de externalização e internalização) pela regulação do comportamento, indicando uma forte interacção nos 6 a 8 anos, principalmente na emocionalidade negativa, e uma significativa relação nos 8 a 10 anos. Nos jardins de infância, os resultados apontam no mesmo sentido, verificando-se uma *mediação* da egoresiliência entre o controlo da atenção e duas vertentes do funcionamento social estudadas (a analisar posteriormente) e a modelação pela emocionalidade negativa (E⁻).

A investigação realça assim os diferentes tipos de regulação⁶¹ e aponta para a ligação mediada e modelada.

Comparando os diferentes estudos acima registados verifica-se: **1.º**- a introdução do constructo resiliência propondo-o como mediador, o que se compreende, pois existem instrumentos de avaliação e é adequado ao problema em estudo, como o justificam (Eisenberg *et al.*, 2000). **2.º** - Por outro lado, a investigação na regulação da atenção é uma dimensão constantemente presente nestes níveis etários, em que a descrição do modo de

*Esquema 1-3: Regulação emocional e das características emocionais preditoras da competência social
(6-8 anos; 8-10 anos - Eisenberg, 1997)*

Dos **8-10 anos** (1997)

A competência social	B regulação do comportamento e da atenção	C intensidade emocional
--------------------------------	---	-----------------------------------

Estudaram também uma população dos **6-8 anos** (1996). As grandes variáveis são similares, sendo neste caso considerada a emocionalidade negativa.

A competência social	B regulação do comportamento e da atenção	C emocionalidade negativa
--------------------------------	---	-------------------------------------

Mais tarde (1997 e 2000) é estudada a competência social em Jardim de Infância. Em 2000 acrescentam o factor resiliência. Estudam a predição da popularidade e comportamento social apropriado através das disposições da regulação e da emocionalidade: efeitos de mediação pela resiliência e modelação pela emocionalidade.

Esquema 1-4: Comportamento social/ emocionalidade: resiliência como mediador

A qualidade do funcionamento social	B; B₂ regulação do comportamento; regulação da atenção B₁ Resiliência	C emocionalidade negativa
---	---	-------------------------------------

estar, por exemplo, “(...) é baseada nas diferenças individuais na emocionalidade, motricidade, atenção, reactividade e auto-regulação” (Rothbart, 1998; Palacios *et al.*, 1992). De notar que, no impacto da emocionalidade e sua regulação sobre o comportamento social, o controlo da atenção pode ser visto como uma regulação da emocionalidade mas também como uma sua expressão, como já referimos. Neste estudo foi considerada como regulação emocional (Eisenberg *et al.*, 2000).

Wilson e Gottman (1996) exploram a hipótese dos processos da atenção terem um papel na organização das experiências cognitivas, sociais e emocionais. Acreditam que a habilidade de gerir os processos de atenção suportam o desenvolvimento de muitas qualidades associadas à resiliência, cuja avaliação é de realçar para estes níveis etários. Rutter (1987) sugeriu que “(...) as crianças que encontram as situações difíceis e que podem negociar com êxito o seu estilo tornam-se mais resistentes ao stress.”

Esta parte teórica (1.2.1-1.2.2) propõe uma justificação neurológica sobre o funcionamento humano, realçando, em geral, a *acção* (e interacção com a envolvente), e, em particular, a *atenção* (uma forma de expressão e de regulação da acção) bem como a *dor*, esta associada à *integridade do si*. Em resiliência, a bibliografia ressalta a manutenção da integridade do si como condição de um ajuste saudável. Continuando com Damásio, o organismo tem a possibilidade de respostas prontas/automáticas/ tirânicas (*fuga, luta, enregelar, etc.*) da regulação vital, bem como uma *regulação* através dos sistemas de homeostasia social, possibilitando a liberdade e o controlo social, acedendo à regulação de algumas projecções de reacções automáticas, mas também a um maior controlo de nível consciente, permitido pelo sentir das emoções de maior complexidade. A avaliação da atenção torna-se útil na criança⁶² (talvez por existir uma expressão menos rica) para a compreensão da emoção e seu controlo bem como o funcionamento social. Considerando também o calendário de maturação de diferentes significados, do sentir, intuir e mais tarde tomar consciência, nomeadamente do registo social genético (geral e específico ou diferencial) e do biográfico, assim, na acção, a emoção e o seu controlo vão sendo utilizados para a avaliação do funcionamento humano, adaptados conforme a idade, sugerindo uma construção da robustez/fragilidade da resiliência individual (1.2.3) ao longo da vida. Foram utilizadas linguagens científicas de enquadramento conceptual diverso, mas que julgamos terem um futuro comum importante no crescimento teórico e prático sobre a resiliência.

1.2.3 Modelo dos Dois Processos de Controlo

Vamos continuar com a exploração dos 3 critérios de classificação de Seligman e colaboradores relativos aos trabalhos realizados em *helplessness* (Peterson *et al.*, 1995): a história do não controlo, a mediação cognitiva e a inadequada inactividade, sublinhando aqui, principalmente os dois primeiros. Neste I *Enquadramento de conceitos* e indicadores do nosso Modelo, debruçamo-nos sobre a dimensão do Controlo e, agora especificamente,

sobre o modelo do controlo ao longo da vida, de Heckhausen e Schulz, também muito útil na simplificação das abordagens aos processos em resiliência.

1.2.3.1 Introdução a este Modelo do Controlo

Heckhausen e Schulz (1995), ao proporem um modelo para o controlo psicológico ao longo da vida, referem que a actividade humana se pode explicar pelo controlo que o ser humano realiza. Continuando, indicam que, na interacção com a envolvente, o indivíduo com um alto nível de adaptação faz uma equilibração óptima entre uma assimilação e acomodação necessária (no sentido piagetiano dos termos), bem como uma interacção social adequada. Referem estes autores que o conceito de controlo é ideal como resposta às exigências de uma teoria ao longo da vida, pois a investigação tem abrangido microteorias pontuais do desenvolvimento, focando-o em determinados níveis etários, tendo-se obtido vastos e úteis dados empíricos. *“Além disso, os conceitos de controlo têm sido aplicados a diferentes áreas de investigação, como o desempenho intelectual, a saúde e o comportamento social. Finalmente, uma boa parte dessa pesquisa explora o valor adaptativo ou funcional dos fenómenos de controlo” (idem).*

Mas o que é o controlo? A vasta biografia associa-o ao domínio de uma situação, ao enfrentar e modificar o mundo perante os nossos desejos e necessidades. A tarefa, o desempenho, o domínio, a eficácia, a competência e o controlo percebido são largamente sublinhados pela investigação (e.g., Bandura, 1997; White, 1959, 1985; Rotter, 1966). Porém, a actuação perante a adversidade que existe ao longo de toda a vida (Selye, 1956) e a respectiva história são também enfatizados (Peterson *et al.*, 1995; Rutter *et al.*, 1992; Staudinger *et al.*, 1999). Mais especificamente, parece que a passividade, a fuga e até mesmo a submissão pertencem a todo um processo de falta de controlo percebido, tornando-se não construtivo. Para sua análise, Rothbaum e colaboradores (1982) vêm propor o modelo de dois processos de controlo, o controlo 1.º e o controlo 2.º (C1.º, C2.º), como são designados. Não é uma reestruturação, mas uma nova perspectiva, como referem, pois pretendem, com o seu modelo, *reavaliar a funcionalidade da passividade, fuga e submissão*, aparentemente de má adaptação, também no sentido piagetiano, mas persistentes. Este último aspecto *“(…) deve satisfazer algum propósito oculto, não reflectindo meramente um défice de motivação”* (Rothbaum *et al.*, 1982). Estas novas perspectivas de envolvimento que, subtilmente, esses modos de estar menos pró-activos

podem albergar, são as grandes consequências do trabalho destes investigadores, como eles próprio sublinham: “(...) *a saliência da escolha do termo controlo para o processo secundário não é crucial. A questão é, como a revisão das atribuições e comportamentos realizada (nesse estudo) as pode explicar de um modo mais útil, (o sublinhado é nosso)*”(idem). Vamo-nos debruçar sobre este conjunto de processos que investigadores associavam a emoções negativas e que, segundo a teoria do desânimo aprendido, *helplessness*, e de *locus* de controlo (Peterson, Maier e Seligman, 1995, Seligman, 1975; Rotter, 1966), estavam todos ligados ao não controlo percebido bem como a um decréscimo de motivação que se auto-alimentavam numa espiral de aumento de intensidade dos três modos de estar (Rothbaum *et al.*, 1982). É nesta reflexão que surge o modelo dos dois processos, com uma nova perspectiva. Ele organiza a investigação múltipla, da ampla diversidade das estratégias de *coping*, realizada só através de 2 aspectos mais gerais: o controlo primário e o controlo secundário (C1.º, C2.º)(e 4 tipos de controlo).

1.2.3.2 Controlo: dois processos

Os resultados da investigação indicam que as pessoas têm relutância e valoram fortemente o abandono da percepção de controlo, sentindo o controlo como uma necessidade intrínseca da vida (e.g., Seligman, 1995; Bandura, A., 1977; Burger e Arkin, 1980; Lefcourt, 1973; Averill, 1973; Adler, 1956; Cohen, Rothbart e Phillips, 1976). O resultado de modos de estar menos pró-activos, acima mencionados, parecem ter antecedentes de falta de controlo percebido e a existência de *locus* de controlo externo: e.g., passividade (Peterson, Maier e Seligman, 1995; Benson e Kennelly, 1976; Cohen, Rothbart e Phillips, 1976); a fuga (e.g., Goetz e Dweck, 1980; Carver, 1979); a submissão (e.g., Lefcourt, 1976, Seligman, 1975).

A persistência de exteriorizações menos pró-activas é causa de uma análise mais minuciosa (Rothbaum *et al.*, 1982), suspeitando-se que poderia ser mais bem compreendida analisando a sua manifestação quotidiana. Partindo do preâmbulo do modo como o controlo é fortemente valorado e portanto o esforço para o exercer é assim raramente abandonado, Rothbaum e outros propõem a possível variação da meta do esforço, ensaiando o controlo 2.º (C2.º). Isto estaria em desacordo com muitas situações analisadas cientificamente e acima mencionadas (e.g., teoria da percepção do não controlo e *locus* de controlo externo), no entanto “(...) *acreditamos que a percepção do controlo é muito mais*

dinâmica” (Rothbaum *et al.*, 1982). Assim, ao reavaliar esses processos, estes autores propõem quatro formas de controlo, que mais tarde veremos sumariamente (o preditivo, o ilusório, o vicariante e o interpretativo), utilizando um alargamento do constructo de controlo, abrangendo o que apelidaram de controlo 1.º (C1.º) e controlo 2.º (C2.º).

Controlo 1.º (C1.º) é tido como a saliência de um processo que “(...) *envolve tentativas para mudar o mundo de modo a ajustá-lo às suas necessidades*”. **O controlo 2.º** (C2.º), seria a saliência de um processo “(...) *que envolve tentativas para se ajustar ao mundo e ‘nadar ao sabor da corrente’*.” A tentativa para mudar o ambiente, que caracteriza o controlo 1.º, e que também está de acordo com os modelos do desânimo aprendido e do *locus* de controlo, está apta para produzir alguma satisfação com o sucesso, mas também algum desapontamento com as falhas. E é neste evitar do desapontamento que estes investigadores propõem várias soluções que podem trazer maior segurança individual, sendo directamente menos activos ao pretenderem ajustar-se, mais do que alterar profundamente a envolvente. Prevenir-se do desapontamento pode ser também útil e sugere um alinhamento com as forças exteriores, como, por exemplo, a sorte e o poder dos outros, bem como a existência de tentativas de extrair significado da situação que, desde que sejam temporárias, podem ser saudáveis (Heckhausen e Schulz, 1995).

Assinalávamos também as 3 dimensões da percepção do controlo no modelo do controlo ao longo da vida de Heckhausen e Schulz (1995). Este modelo tem uma concepção tridimensional, sendo uma das dimensões o C1.º/C2.º, descrita mais extensamente; a segunda corresponde à funcionalidade/disfuncionalidade; e a última dimensão liga-se ao verídico/ilusório. A dimensão da funcionalidade capta o grau em que o controlo optimiza, a longo prazo, o potencial de controlar a relação contingente entre a acção directa e a situação. A dimensão da veracidade indica o grau em que o controlo reflecte objectivamente a realidade.

Para uma exposição do modelo e diferenciação em relação a outras posições, iremos abordar a *adaptação*; a *auto-estima*; os 4 diferentes *tipos de controlo*; e o *controlo como auto-eficácia percebida*.

Neste modelo, vejamos o que os investigadores entendem por adaptação: “(...) *Atento a estas complexidades propomos que a adaptação ou ‘bom ajuste’ é conceptualmente*

definido como o conhecimento de como e quando o indivíduo usa os dois processos de controlo (1.º e 2.º) e como os integra” (Janoff-Bulman e Brickman, 1980). A noção de integração pode ser perspectivada, por exemplo, “(...) *no esforço de controlo 2.º para vítimas de paralisia para encontrarem significado e aceitarem aspectos da sua situação que são irreversíveis enquanto continuam a fazer esforços para dominar novas perícias para a resolução de problemas em áreas em que é possível o controlo 1.º*”, (Silver e Wortman, 1980). Pelas definições, verifica-se uma primazia do C1.º, perante o C2.º⁶³.

Nesta investigação (Rothbaum et al., 1982; Heckhausen et al., 1995), julgamos ter sido fundamental este conceito de integração para enquadramento do seu modelo de processos de controlo e diferenciação relativa a anteriores perspectivas. Um exemplo é esta noção geral de adaptabilidade: em teorias de competência e eficácia ou *locus* de controlo e atribuições internas, esta flexibilidade só é expressa em termos de C1.º; e neste modelo, a adaptação relaciona-se com o balanço, ou melhor, com o óptimo balanço entre os dois processos de controlo⁶⁴.

Para uma nossa análise do modelo, também foi importante conhecer analogias: 1) a analogia que os associa ao Mudar o Mundo, o C1.º, e o Mudar o Si, ao C2.º⁶⁵; 2) o de equilíbrio piagetiano, cuja analogia é empregue por estes investigadores associando também C1.º à assimilação e C2.º à acomodação⁶⁶; 3) e o óptimo benefício, na relação de benefício/custo, ou, como referem alguns investigadores, mostrarem menos custos, menor stress, com “(...) maior benefício” (Rothbaum et al., 1982; Heckhausen e Schulz, 1995).

Vejamos agora o papel da auto-estima neste modelo de controlo. A aglutinação da complexidade do si⁶⁷ é importantíssima em resiliência (Ralha-Simões, 2001), e a investigação no humano, em campos como a Psicologia, Psicologia Social, a Sociologia e a Saúde vêm realçar conceitos e papéis como o de consciência, sentimentos e emoções (Damásio, 2003a, 2000, 1995) e, dentro destes, a consciência do si e sua valorização. Aqui queremos apenas analisar “(...) o uso do termo defensivo (auto-estima) na teoria da atribuição causal” (Rothbaum et al., 1982).

Para o enriquecimento do modelo dos 2 controlos, vamos considerar brevemente só o C1.º, como, por exemplo, na perspectiva de Seligman (Seligman, 1975, 1991; Peterson et al.,

1995). Vejamos o que a investigação sublinha. O modelo *helplessness*, desânimo aprendido de Seligman e colaboradores, utiliza a teoria da atribuição causal e sua reformulação, tendo como base uma longa série de estudos citados. O modelo “(...) *prediz que as descrições internas (dos resultados obtidos nas) das situações adversas estão associadas à perda de auto-estima*” (Peterson *et al.*, 1995).

Estes últimos investigadores propõem que as explicações causais para as situações não controláveis influenciam as respectivas reacções. A contribuição da nossa história significativa é um jogo entre as atribuições pelos resultados obtidos e as futuras consequências. Associada a essa experiência de atribuições e expectativas, há então uma mediação cognitiva, que é posta em relevo por estes investigadores, constituindo-se no seu 3.º critério para a indicação de uma situação de desânimo aprendido (Peterson *et al.*, 1995), que temos vindo a sublinhar. A causa do desânimo aprendido é, segundo Seligman e outros autores (*idem*), a autofocagem pelo não controlo percebido. Aquando do desânimo pessoal aprendido, o indivíduo ‘rumina’, enredando-se, ocorrendo, como referem, a variação na auto-estima (*idem*).

É de realçar o défice, em vários campos, que o desânimo aprendido provoca, tendo sido proposto em 1995 os três critérios de desânimo aprendido (Peterson *et al.*, 1995), mas anteriormente são bem conhecidos nesta área científica os três estilos ou esquemas para as consequências do significado experienciado, a saber: segundo a globalidade (generalização dos maus resultados a outros domínios -global/e não específica); segundo a estabilidade (continuidade das consequências não saudáveis -estável/e não instabilidade); segundo a atribuição causal interna (na acepção de Heider (1958) -interna/e não externa). Neste processo cognitivo dentro da reformulação atribucional, Peterson e outros (Peterson *et al.*, 1985, 1995) anunciam que os três estilos descritivos (global, estável e interno) parecem estar relacionados com a baixa auto-estima, mas nenhum em maior grau.

Vejamos, por outro lado, o cruzamento de alguns estudos sobre motivação para a realização, a eficácia e a competência, bem como o desânimo aprendido: eles vêm iluminar o papel do constructo auto-estima *como indicador* de “(...) *alto diagnóstico*” (Rothbaum *et al.*, 1982), “(...) *ou crítico*”, na utilização de Seligman (Peterson *et al.*, 1995), pois “(...) *distingue a competência da incompetência (...) quando indivíduos de baixa auto-estima são colocados perante tarefas de média dificuldade*” (Rothbaum *et al.*, 1982)[o sublinhado

é nosso]. Os mesmos indivíduos de baixa auto-estima preferem tarefas de muito alta dificuldade, nas quais há mais colegas que têm igualmente menor sucesso, ou então, escolhem a resolução de problemas de muito baixa dificuldade, onde sentem grande facilidade de execução. Ao compararem-se com outros, a média dificuldade na tarefa parece ser menos suportável. Inicialmente, este facto foi observado por Atkinson (1957, 1964) ao aplicar a teoria da atribuição no campo da motivação para a realização: verifica uma tendência geral dos sujeitos na opção em tarefas de dificuldade média, que explicam pela maximização do seu sucesso. No entanto, o que se torna interessante é o registo que este investigador faz *sobre indivíduos de baixa auto-estima*, que parecem evitar o insucesso ao preferirem não enfrentar tarefas com nível médio, optando por dificuldade muito grande ou muito pequena. Atkinson estava convencido que minimizavam o insucesso perante tarefas de elevada dificuldade e maximizavam o seu sucesso nas de grande facilidade. Investigadores (Peterson *et al.*, 1995; Rothbaum *et al.*, 1982) referem o estudo de Shaban e Jecker (1968) sobre *a manipulação da falha* em que pessoas que cronicamente assistem ao seu fracasso procuram atenuá-lo ao preferirem avaliadores mais ‘uniformes’ (que avaliam quase sem excepção com nível negativo ou positivo) do que outros mais ‘discriminativos’ (com atribuição de mais ou menos metade dos resultados positivos). A fuga e o evitamento são vistos como a resposta ao não controlo percebido. Estes padrões de respostas e possíveis causas experienciadas levam, já anteriormente, Frankel e Snyder (1978) a porem a questão do *evitar o desapontamento*, perante problemas ditos *de média dificuldade* e de motivação, de indivíduos com uma anterior má experiência de resultados. Em 1982, este sentido de reflexão leva à criação do modelo do C1.º e C2.º (Rothbaum *et al.*, 1982) que, para além da fuga e evitamento, realça o não abandono do controlo. Neste caso, os indivíduos optam por um C2.º, mantendo a esperança do C1.º, gerindo concomitantemente a motivação e a volição (*idem*).

Abordámos assim o papel da auto-estima como indicador crítico na decisão da acção (a não escolha ou evitamento da tarefa de média dificuldade para indivíduos de baixa auto-estima). Iremos agora abordá-la na acção e posteriormente à acção, para além da ligação a descrições analíticas de mecanismos psicológicos clássicos ofensivos e de defesa (respectivamente C1.º e C2.º)(Rothbaum *et al.*, 1982) bem como, na nossa perspectiva, os que designámos de optimização⁶⁸.

Na acção, o papel do C2.º "(...) *é o de manter a auto-estima*" (Rothbaum *et al.*, 1982). As propostas de C2.º constituem um rol rico de possibilidades desse mesmo controlo, assinalado no próximo Quadro 1-6. De notar que, considerando as estratégias de *coping* na acção, Pearlin e Shooler (1978) referem que, sendo elas mediadoras do impacto que as sociedades podem ter nos seus membros, exercem de três formas a função protectora na acção *stressante*: 1) por eliminação ou modificação das condições que criam os problemas; 2) por controlo emocional e 3) por controlo perceptivo do significado da situação ou das suas consequências. Este último aspecto é considerado como um mecanismo de defesa psicológica clássico. Exemplos dessas estratégias são propostos, como *a ignorância selectiva*, *o evitamento não activo relativo ao problema* e *o evitamento activo*, dando como exemplo a falta de oportunidade nesse preciso momento e a opção pela sua posterior resolução (ver 5.º anexo). No entanto, no caso do C2.º⁶⁹, Rothbaum e colaboradores (1982) entendem não existir coincidência quando o indivíduo tenta manter a auto-estima através do desmentido da falha ou esquecimento desta. Neste caso, não mantinha a crença num eventual e posterior C1.º. Segundo Rothbaum e colaboradores (1982), o manter a auto-estima, na literatura da atribuição causal, é associado à demasiada variedade de situações que lhe diminuem o significado. Por seu lado, Heckhausen e Schulz (1995) resumem e citam os estudos em que é mantida a auto-estima num momento posterior à acção, para manter a crença numa futura habilidade para mudar a envolvente (C2.º), como por exemplo os 'vieses atribucionais'⁷⁰, *importantes para o jovem adulto* (Brandley, 1978; Kelley e Michele, 1980; Luginbuhl, Crouve e Kahan, 1975; Zuckerman, 1979), também conhecido por 'atribuições personalistas' (Sydner *et al.*, 1978) ou 'padrões de atribuição positiva' (Heckhausen, 1978) e 'atribuição de benefício' (Greenwald, 1980). Para lá deste tipo de atribuições e para além do manter a auto-estima, estes autores também referem o *efeito de melhoramento da auto-estima*, ao qual associamos um melhor nível de saúde, com a 'descoberta de significado' no controlo de eventos ameaçadores (Bulman *et al.*, 1977; Burgess *et al.*, 1979), a 'reconstrução da história pessoal' (Greenwald, 1980; Ross, 1980) ou 'o controlo interpretativo' (Rothbaum *et al.*, 1982). Este último é um dos tipos de controlo que passaremos a analisar.

Uma primeira descrição sumariada dos diferentes tipos de controlo que já enunciámos (preventivo, ilusório, vicariante e interpretativo, Rothbaum *et al.*, 1982), sendo propostas de 4 manifestações de controlo secundário, é a seguinte: atribuições a profundas limitações da habilidade podem servir para realçar o *controlo preditivo* e proteger o indivíduo do desapontamento; comportamentos passivos e de fuga reflectem a tentativa para inibir expectativas não alcançadas; atribuições ao acaso podem reflectir o *controlo ilusório*, pois as pessoas, muitas vezes, constróem o acaso como forma de características pessoais ligadas à ‘habilidade de ser uma pessoa de sorte’. Indivíduos que fazem atribuições à sorte, como causa dos resultados podem exibir passividade e fuga em situações de exigência de perícia, reservando investimento emocional e de energia para situações que lhes permitem capitalizar a sua força percebida, isto é, serem pessoas de sorte; atribuições ao poder dos outros permite o *controlo vicariante* quando cada um se identifica com outros. Submissão a um poder do ‘leader’, a um grupo, ou à divindade, algumas vezes capacita o indivíduo para jogar no seu poder; todas as atribuições precedentes podem incentivar o *controlo interpretativo*, no qual os indivíduos conseguem compreender, tirar significado e aceitar situações que, fora disso, não eram controláveis.

Quando o controlo percebido é reconhecido, tanto na sua forma de C1.º como de C2.º, uma grande diversidade de comportamentos interiores pode ser vista como um esforço para manter, mais do que desistir, a percepção do controlo. Rothbaum e outros (Rothbaum *et al.*, 1982), em resumo, exprimem a aplicação dos 4 tipos de controlo aos 2 processos de controlo, o C1.º e o C2.º, com o seguinte Quadro 1-6. Este, julgamos possibilitar uma perspectiva da densidade de prováveis respostas de controlo, organizadas em 2 categorias e 4 subcategorias.

Quanto à tenacidade e optimismo, a investigação de Bandura (1999, 1986, 1997, 1977), de Seligman (*e.g.*, 1991) de Heckhausen e Shultz (1995), de Barros de Oliveira (1998), indicam a sua associação ao bem-estar como também ao balanço óptimo entre o C1.º e o C2.º, sem inadequada passividade, má história de controlo ou má mediação cognitiva, existindo algumas referências à resiliência. Nós diríamos que a tenacidade e o optimismo

Quadro 1-6: Processos de controlo 1.º e controlo 2.º ⁷¹

Tipo de controlo	Processo saliente	Descrição
Preditivo	Primário	Tentativa para prever e ter sucesso nas <i>situações</i> . Comportamento activo e atribuições ao esforço do si sendo provável a habilidade pessoal, especialmente em tarefas de moderada dificuldade.
	Secundário	Tentativa para prever <i>situações</i> bem como evitar o desapontamento. Comportamento passivo e de fuga, especialmente em tarefas de moderada dificuldade. Comportamento activo e persistente em situações extremamente fáceis ou difíceis. São prováveis atribuições a fortes limitações de habilidade.
Ilusório	Primário	Tentativa para influenciar os resultados determinados pela <i>sorte</i> . Comportamento activo relativamente a situações de sorte e de exigências de perícia e atribuições ao esforço do si, sendo provável a habilidade pessoal.
	Secundário	Tentativa para se associar à <i>sorte</i> . Comportamento activo em situações de sorte, mas comportamento passivo e de fuga em situações de exigência de perícia, sendo provável atribuições à sorte.
Vicariante	Primário	Tentativa para manipular o <i>poder dos outros</i> ou imitar o seu poder ou habilidade. Comportamento de submissão experimental ou comportamento manipulativo e atribuições ao esforço do si, sendo provável a habilidade pessoal.
	Secundário	Tentativa para se associar ao <i>poder dos outros</i> . Comportamento submisso não instrumental, e são prováveis atribuições aos outros.
Interpretativo	Primário	Tentativa para compreender <i>problemas</i> bem como tornar-se possível resolvê-los ou, por outro lado, dominá-los. Comportamento activo e atribuições ao esforço do si, e é provável a habilidade pessoal.
	Secundário	Tentativa para compreender os problemas bem como tirar significado dessas <i>situações</i> e aceitá-las. Comportamento passivo, de fuga e submisso, e é provável atribuições para forte limite de habilidade e sorte pessoal, bem como o poder dos outros.

Fonte: Rothbaum *et al.* (1982) (os realces são nossos)

se encontram associados ao nível de resiliência, o que se pode verificar na utilização destes indicadores na nossa avaliação do constructo em estudo.

Vejamos o estudo da contribuição do controlo percebido sobre reacções depressivas (mais do que casos clínicos de depressão) numa população de crianças com uma média de idade de 11,5 anos, estudo este realizado por Bandura e colaboradores (1999). Segundo estes investigadores, o controlo aqui é consubstanciado na convicção da auto-eficácia percebida,

académica e social, sendo registado o comportamento social, pró-social e problemas de comportamento bem como os seus efeitos directos e indirectos em reacções depressivas. De notar que, em estudos subsequentes, estes autores pretendem também estudar a eficácia pessoal observada sobre o controlo emocional designado como mais eficaz, como já referimos. Na nossa classificação, para além da eficácia e o modo de enfrentar um problema (controlo de tarefa, sem área específica), sublinhamos também o controlo emocional como indicador importante na nossa operacionalização.

Foi então realizado o estudo longitudinal neste nível etário, escolhendo um intervalo de 1 a 2 anos, por envolver uma transição ecológica importante na passagem da “Escola Elementar para a Escola Junior Alta” (Bandura *et al.*, 1999). No estudo da ligação da crença sobre as reacções depressivas, em diferentes facetas da eficácia académica e social percebida, estes investigadores constroem uma medida desta convicção a partir de 37 itens em 7 campos⁷². As componentes principais da análise factorial foram 3: convicções na auto-eficácia académica, social e na auto-regulação percebida. Foram então seleccionados “(...) os 2 primeiros factores para este estudo pois eram o suporte mais directo para as reacções depressivas ao stress” (Bandura *et al.*, 1999). Para o nosso estudo, interessou-nos a área da eficácia social e a da tarefa em geral, considerando importante, por exemplo, a autonomia e reflexão construtiva como modo de resolução da tarefa, o que iremos abordar aquando da exposição do modelo escolhido e sua avaliação, capítulo 2. Este estudo de Bandura e outros investigadores (1999) teoricamente vai ser retomado para análise do Compromisso social, em 1.3.3⁷³.

Vamos agora passar a reflectir sobre a área do Compromisso, considerando as respectivas subdimensões da nossa classificação em resiliência: o Compromisso pessoal e o social.

1.3 Dimensão do Compromisso como II Enquadramento de Conceitos

1.3.1 Autoconhecimento

Na área específica da resiliência do humano na sua envolvente, o processo de recuperação, com preservação do si, parece ser de nível automático (quando o sistema é saudável),

correspondendo à sobrevivência de Damásio (1995, 2000), podendo, mais tarde e em diferentes níveis, ser autoconhecido. Concomitante com a sua complexidade, este processo tem diferentes possibilidades de ser sentido, reflectido e reestruturado (Grotberg, 1995).

A nossa medida em resiliência contém, nesta dimensão do Compromisso, duas subdimensões, o Compromisso pessoal e o Compromisso social, razão por que, teoricamente, abordaremos de diferentes modos o autoconhecimento, que é sempre referido ao outro (Pais Ribeiro, 1999)⁷⁴. Como iremos ver nesta subsecção 1.3.1, na perspectiva do autoconhecimento claro (Campbell *et al.*, 1996), a reanálise sobre a operacionalização da autoconsciência (privada, pública e ansiedade social) (Fenigstein *et al.*, 1975; Trapnell e Campbell, 1999) levanta questões sobre o Compromisso pessoal e o social, e respectiva articulação aquando o impacto com a situação difícil, nomeadamente no grau de controlo sobre a cognição mais ou menos saudável, ou seja, sobre a reflexão e a *ruminação*. Estes são indicadores na nossa operacionalização da classificação em resiliência, sendo este último especialmente verificado num dos casos estudados. Mais especificamente no Compromisso social, vamo-nos apoiar na aplicação da teoria social cognitiva de Bandura (1986) e sublinhar indicadores que no nosso modelo de avaliação em resiliência utilizamos, como a competência social e a timidez⁷⁵. Assim, e referente a indicadores da nossa medida do constructo, em 1.3.3 serão abordadas a reflexão e a *ruminação*; em 1.3.2 serão descritas reflexões teóricas associadas a indicadores do Compromisso social; e neste ponto 1.3.1 serão analisados indicadores do Compromisso pessoal, a saber: a auto-estima, o autoconhecimento e o bem-estar activo.

Nesta subsecção, destacamos o desenvolvimento do autoconceito, da sua autoavaliação e o seu papel no referido processo de recuperação e bem-estar individual. Na investigação sobre resiliência e na fase de inventariação de factores, encontra-se a auto-estima como elemento frequente deste tipo de análise (Albuquerque e Tavares, 2000; Soc. Scien. Citation Index, 1970-1997). No estudo em *hardiness*, Kobasa (1979, 1982) propõe e avalia este constructo também através da auto-estima, na dimensão do compromisso. Por outro lado, Grotberg (1995) considera, especificamente, a auto-estima como um dos quinze indicadores da lista de verificação do perfil de resiliência. O autoconhecimento, o autoconceito, a sua valoração e conceitos afins parecem estar implicados num calendário de maturação genética, cultural e pontualmente construídos, associados à resiliência

individual. Vamos pois analisar este calendário de maturação associado a complexas situações quotidianas difíceis, de determinado grau de bem-estar e emocionalidades específicas.

Para a perspectiva do autoconceito (AC), como é lembrado, por exemplo, por Vaz Serra (1986,1988c) e Harter (1983, 1985a,b), e correspondendo a uma 1.^a fase do seu estudo (ainda visto como um conceito estável, Campbell *et al.*,1996), desde o tempo de William James (1892) que é realçada a competência, significativamente importante, no dizer de Vaz Serra (1988a,b,c). Os resultados dos trabalhos sobre a eficácia de White (1950) indicam que, na criança, a auto-estima lhe está estreitamente ligada e, mais tarde, associada a um sentido geral de competência (Harter, 1985a,b)⁷⁶. Existem as emoções aferidas aos êxitos e fracassos, de perto associadas à construção da capacidade de resiliência para um ser humano saudável, mas o senti-las e a respectiva tomada de consciência parecem surgir progressivamente com o desenrolar da complexificação mais geral do desenvolvimento pessoal e interpessoal. São disso exemplo o registo de uma primeira reacção de orgulho e posteriormente de vergonha (\pm 1 ano mais tarde), apontando-se para os 3-4 anos, e a autoconsciência associada aos 8-10 anos (Damásio, 2000, Kagan, 1998). O autoconceito da criança parece ser pobre (Harter, 1985b), mas parecem existir as primeiras reacções de defesa (diríamos, significativamente intuitivas, no sentido de Damásio, 1995) e as suas estratégias de controlo secundário (Heckhausen *et al.*, 1977, 1984, 1995) para com os maus resultados de um jogo aos 3 anos e 3 anos e meio⁷⁷ (ver Esquema 1-5: AutoConceito (AC) ao longo da vida e Iniciais Sucessos e Fracassos Significativos). Com o surgir da consciência e a concomitante variação de contexto social e de exigências académicas que sucedem na cultura ocidental, as reacções têm sido lidas como autoatribuições causais de internalidade, ligadas ao sucesso, e de externalidade, associadas ao fracasso (Harter, 1985, Paterson *et al.*, 1995); este facto denota uma protecção, uma preservação do sentido de auto-estima (Paterson *et al.*, 1995) quando este tem a possibilidade de existir⁷⁸.

As estruturas e natureza construtivista do si são evolutivas, nesta perspectiva, diferenciando-se progressivamente segundo determinadas áreas, como as qualidades físicas, activas (lectivas e profissionais), sociais e psicológicas do si (Damon e Hart, 1982). Estas 4 áreas parecem ter diferentes graus de integração de características próprias e sensibilidades imediatas ao contexto social (Simões, 1996). Nesta área de investigação, mas num ponto de vista investigacional mais tardio, surge a utilização dos autoesquemas

associados, por exemplo, a estas áreas (física, activa, social e psicológica), padrões de pensamento de Leahy (1985, citado *in* Markus *et al*, 1987, 1991), organizadores da forma de processamento da informação relevante (Markus, 1977), que se tornam progressivamente resistentes à informação que lhes é inconsistente. Segundo Leahy (1985), o indivíduo orienta-se não só por um esquema, mas por diversos esquemas hierarquizados. Nesta visão mais actual, o conceito “(...) *tendo [tem] sofrido uma dramática transformação*”, no dizer de Markus e Wurf (1987). Com os estudos ao longo da vida, hoje o constructo é mais dinâmico, credível e bem representado na investigação portuguesa (*e.g.*, Fontaine, 1991a,b).

Antes da descrição de alguma investigação de Fontaine nesta área e dentro de perspectivas hierárquicas, é de referir que, para Harter (1985b), é importante a área da cognição, social e física, bem como uma dimensão mais abrangente, diferente do somatório das outras, representando uma valoração pessoal que “(...) *decorre do facto de se pensar possuir um certo valor, self-worth, função de uma certa competência nos domínios mencionados*” (Simões, 1996). Numa outra investigação, no modelo dos esquemas conceptuais de Harvey (1970) e de Hunt (1980, 1972, 1974, 1976, 1978, citado em Simões, 1996), salientamos que a autocompreensão é concebida como um sistema conceptual focado nos atributos pessoais, constituindo a base cognitiva da identidade pessoal e da auto-estima, em que os domínios estão de acordo com os anteriormente referidos. Passamos agora ao trabalho de Fontaine. Esta investigadora utiliza o modelo hierárquico do autoconceito (AC) de Shavelson (1976, 1982)⁷⁹, no qual existe um conceito global⁸⁰ e, neste, duas maiores áreas: a académica e a não académica. Na 1.^a, este autor considera o campo das línguas, da matemática e outros; na 2.^a, distingue a área emocional, a social, a física e a moral. Aplicando este modelo, Fontaine (1991b) estudou o AC em portugueses do 5.º-7.º ano do Ensino Básico (E.B.) e 7.º-11.º ano E.B..

Em anexo (6A) encontram-se resultados, registados também no próximo Esquema 2-5. Mais resumidamente diremos que a investigação ao longo destes níveis etários aponta para uma redução da correlação/dependência entre as diferentes dimensões (áreas de competência acima assinaladas), bem como um aumento acentuado e regular dessa redução no último período etário (7.º-11.º ano). Para além deste aspecto, realçávamos, para a nossa fundamentação teórica, a importante diferenciação da estabilidade emocional, e

particularmente da honestidade e do travar da evolução do contributo da aparência física, bem como uma variação do nível global do AC, verificadas no nosso estudo.

Como indica Fontaine (1991b), as explicações hipotéticas sugeridas inserem-se numa concepção de construção cognitivo-social do conceito de si próprio no decorrer da existência para a qual as características dos contextos de vida teriam papel fundamental. Continuando, Fontaine também escreve “(...) *O interesse pelos factores associados à realização escolar foi complementado, em anos mais recentes, por estudos centrados nesses factores enquanto características ligadas ao bem-estar do sujeito e ao seu desenvolvimento harmonioso nos vários contextos de existência (...) a importância da percepção das competências social, física ou mesmo académica não se esgota nas suas vertentes lectivas.*

Legenda do Esquema 1-5

¹ ⊕ Vaz Serra (1986) avalia o nível do autoconceito (AC).

Teyssèdre e colaboradores (1997)

² ⊗ Anne Marie Fontaine (1991, 1990): 5.º-7.º ano-*redução* de correlação entre as dimensões do AC, segundo Schavelson. 9.º-11.º ano: *maior redução* da correlação; quase total *independência (ind.)* da dimensão académica da não académica; avalia-se também a correlação com a competência social; auto-avaliação académica aproxima-se dos resultados académicos. *Diminuição dos níveis de AC* (talvez maior realismo).

³ ♣ Heckhausen e col. (1977, 1984, 1995): após **fracasso**, controlo 2.º; aos 3 anos-negação ou desculpa; menos de 3,5 anos- redução do nível de resposta, atribuição personalista; mais tarde-resposta tardia e evasiva e auto-atribuição da incapacidade (1984). A **vergonha** surge mais ou menos um ano mais tarde da demonstração de **orgulho** (Damásio 2000; Kagan 1998)

(com referência ao outro, A. M. Fontaine, 1990,1991; Schavelson, 1976,1982; Block, 1991; Heckhausen e Schulz, 1995).

O diagrama ilustra o desenvolvimento humano de 0 a 60 anos, dividido em duas colunas principais de eventos e seus impactos.

Coluna Esquerda (0-10 anos):

- 0-1 ano:** nascimento; primeira infância.
- 2-3 anos:** constrói frases; f. simbólica; linguagem; permanência do obj.; "sou eu"/espelho.
- 4-5 anos:** orgulho-sucesso; surpresa, raiva, fúria-fracasso.
- 6-7 anos:** lateralidade.
- 8-9 anos:** leis reflexão; consciência (Damásio, 2000; Kagan, 1998).
- 10 anos:** avaliação do autoconceito (AC) ⊗.

Coluna Direita (10-60 anos):

- 11-15 anos:** aparência física: travagem da variação da correlação ⊗.
- 15-19 anos:** aparência física/ e competência social-pares; independência (ind.) Ä.
- 20-30 anos:** 9.º-11.º: competência física/ e competência social (ind.) Ä.
- 30-40 anos:** competência acadêmica/ e AC global (ind.) Ä; competência acadêmica/ e estabilidade emocional (ind.) Ä.
- 40-50 anos:** até 11.º: competência acadêmica/ e competência moral, honestidade, redução progressiva.
- 50-60 anos:** até 11.º: competência acadêmica/ e competência social –relativa aos pais, redução progressiva.

Impactos e Traços de Personalidade:

- 0-10 anos:** impulsividade: dimensão + importante nesta idade, Buss e Plomin, 1975; sociabilidade diferenciada da timidez.
- 10-20 anos:** fracasso vergonha (+ evitamento) ♣.
- 20-30 anos:** egressilência mediadora entre a emoção e a funcionalidade social (Eisenberg et al, 2000).
- 30-40 anos:** competência social e acadêmica, associada a reações depressivas (Bandura et al 1999).
- 40-50 anos:** auto-avaliação AC, Block, 1999.
- 50-60 anos:** aparência física: travagem da variação da correlação ⊗.

Valores e Métricas:

- 15-19 anos:** AC 73,7 ⊕.
- 20-30 anos:** AC 72,3 ⊕.
- 40-50 anos:** AC 70,4 ⊕.
- 50-60 anos:** AC 73,7 ⊕.

De notar, por outro lado, que em estudos sobre o nível de autopercepção e autoavaliação, também podemos observar o seguinte: na juventude adulta parece existir uma diminuição do valor do AC realçada por variada investigação (Vaz Serra, 1988c; Albuquerque e Tavares, 2002; Pais Ribeiro e Neves, 2000) e registada no referido Esquema 2-5 do autoconceito (AC).

Pais Ribeiro e Neves (2000), numa análise interindividual (como assinalam), aplicam a escala do autoconceito (AC) de Harter (1983) para o estudo do AC e ansiedade na saúde de estudantes universitários saudáveis, aqui inserida pelo papel como factor pessoal e social na área de estudo sublinhada bem como pelo nível etário trabalhado, cujos resultados se encontram em anexo (anexo 6A - Autoconceito). Como no nosso estudo, sublinhamos o nível mais alto de AC encontrado por estes investigadores no 2.º ano dos cursos.

Agora centrado na pessoa (análise intraindividual), Block (1993) faz, por sua vez, um estudo longitudinal do AC, utilizando uma amostra de jovens dos 14-23 anos de idade, realçando uma estabilidade na autoavaliação, e só com maior pormenor foram registadas variações no *self-worth* associadas a perfis de personalidade e a aspectos sociais e culturais. Como a avaliação é centrada na pessoa, é possível uma maior elucidação de compromissos, consequências e antecedentes que explicam parte da complexidade da diferenciação de percepções no intervalo etário considerado, o que também acontece no nosso estudo de casos.

Esta construção pessoal é também evidenciada na investigação sobre a emocionalidade e o seu controlo, fortemente reflectida por Eisenberg e seus colaboradores (2000) em relação à criança (nomeadamente no 1.º Ciclo do E. B., ou níveis etários semelhantes) no limiar do surgir da consciência. Estes resultados cruzados com a investigação longitudinal de 2 anos, por exemplo de Bandura e colaboradores (1999), sobre a influência da competência social e académica no registo de reacções depressivas em crianças com uma média de 11,5 anos, parecem vir revelar variações quanto ao género, perspectivando-se riscos, conflitos, êxitos e facilidades (e correspondentes graus de envolvimento). As estratégias pessoais e as possíveis correlações pessoa-contexto possibilitam a construção da capacidade de resiliência que tão marcadamente risca o desenvolvimento pessoal e social de um novo ser humano numa determinada envolvente.

Não entrando em linha de conta com a divisão por género, considerando embora a funcionalidade individual por curtos períodos de tempo e antecedentes de maior

instabilidade emocional, este estudo aponta para continuidades nas fragilidades⁸¹, mas também em oportunidades temporárias em novos desafios de variação de contextos sociais, de exigências lectivas, de variação de profundidade do filme da consciência e de envolvimento com pares. Conhecendo configurações de conjunto de factores que possam ser indicadores de compromissos e consequências que a noção abrangente de resiliência pode envolver, a reflexão teórica aponta para a possibilidade de otimizar oportunidades e cuidar de fragilidades quando conscientemente percebidas de um modo mais adequado.

Nesta abordagem teórica sobre o Compromisso, vimos aspectos do Compromisso pessoal e iremos agora ver como a investigação também o associa ao Compromisso social. Para esta ligação, vamo-nos servir de um aspecto do AC, o chamado autoconceito claro (AC Clr), de Campbell, Trapnell e outros (1996), aqui abordado. Elegemos este constructo como “charneira” teórica entre a análise do indivíduo e o indivíduo sociável, em que estamos interessados, bem como o papel clarificador que a investigação no AC Clr tem relativamente a paradoxos nas aplicações da escala da autoconsciência de Fenigstein e outros (1996), e que realça a análise teórica sobre a reflexão e *ruminação*, que, como dissemos, ficará para o ponto 1.3.3, pois correspondem a situações de diferente recuperação e construção pessoal, suficientemente importantes na avaliação em resiliência. Trapnell e Campbell (1999) referem-se do seguinte modo a um aspecto do AC, o autoconceito claro (AC Clr), que trabalham: “(*...AC Clr é um) aspecto estrutural do AC: A extensão pela qual as convicções sobre o self (self-beliefs) são definidas com confiança e clareza, com consistência interna e estabilidade*”(idem)⁸². Continuando os trabalhos de 1996, Trapnell e Campbell (1999) fazem a ligação do AC global com a valoração de si próprio e outros conceitos.

Para o seu estudo, utilizaram uma escala por si desenvolvida, escala de AC Clr, e examinam a sua relação com a auto-estima, bem como a sua relação com 5 dimensões para a descrição da personalidade⁸³, a atenção focada e os seus limites culturais. Também surgiram então, de modo independente, as seguintes relações com o baixo AC Clr: baixa auto-estima; alta instabilidade emocional; baixa consciência; baixa amabilidade; crónica auto-análise; baixo autoconhecimento do seu estado interno; e uma forma “ruminativa” da atenção focada. De notar que este estudo apresenta também resultados consistentes com a teoria da diferenciação cultural entre ocidente/oriente. Tendo sido aplicado a japoneses e

canadianos, verificou-se que os participantes canadianos tinham obtido maiores valores para o AC Clr e uma mais alta correlação com a respectiva auto-estima⁸⁴, relativamente aos japoneses. Na nossa cultura e no nosso estudo é assinalada a associação do baixo AC com a forma “*ruminativa*” da atenção focada.

O estudo sobre o constructo de autoconceito claro (AC Clr) vem realçar 2 binómios (Campbell *et al*, 1966; Campbell *et al*, 1973; Trapnell *et al*, 1999): a autoconsciência pública e privada e a reflexão e “*ruminação*”⁸⁵. Esta investigação realça a ligação do autoconceito com a avaliação de si próprio, mas também com consequências com uma significação valorada socialmente, como a própria designação de “público e privado” o indica. Sublinhamos então que, ao longo da vida e para o estudo da resiliência, ou seja, da estrutura que, perante o difícil, se vai estabelecendo e que possibilita a recuperação com preservação do si, para lá do processo automático que um indivíduo saudável tem à sua disposição associado à sobrevivência (processos de fuga, do enregelar, de ataque, etc, Damásio, 2000), é necessário construir e manter a própria saúde individual, em que as emoções positivas e negativas, o seu controlo e a consciência (que também se vai construindo com a envolvente ecológica) são fundamentais para o aumento da qualidade de vida (Damásio, 2000). O sentir e manifestar o fracasso e o orgulho perante a falha e a realização positiva parecem ter um calendário de maturação associados ao desenvolvimento biológico e ao papel dos factos e dos outros que rodeiam o indivíduo. Assim, o autoconceito (que, também tem um calendário de maturação e se vai diferenciando e variando de valor), a sua valoração/auto-estima, e o bem-estar activo, são indicadores teóricos da construção da saúde individual, de cada compromisso pessoal, associado ao compromisso social. Vejamos agora alguns aspectos deste último.

1.3.2 Competência social

Para a exposição teórica sobre indicadores da construção do compromisso social e sua designação e hierarquia na nossa operacionalização, vamos utilizar principalmente a investigação em crianças de Bandura e outros, bem como a de Eisenberg e colaboradores, a que associamos a revisão de Noam e Fischer (1996) sobre o desenvolvimento e vulnerabilidades na teoria das ligações. Como vimos, Bandura e colaboradores (1999), na aplicação da sua teoria social cognitiva (Bandura 1986, 1997) aos caminhos para as

reações depressivas em crianças, analisam a rede de influências sociocognitivas, como a ineficácia social e académica. Os resultados mais evidentes são os seguintes: A- O processo das reações depressivas parece ser recorrente: a anterior depressão parece ser um contributo positivo para a existência de uma nova depressão; B- A curto prazo, é verificado que a criança sofre as reações depressivas em função das convicções na ineficácia académica, mais do que a realização académica; C- A longo prazo, também parece contribuir para estes efeitos menos saudáveis a crença na baixa eficácia académica directa mas também indirecta, segundo baixos níveis de comportamentos pró-sociais e a existência de problemas de comportamento; D- Em relação à variação com o género, neste estudo podem ser lidos resultados que apontam para uma duração da depressão mais fortemente ligada a um dos sexos (feminino) bem como, a longo prazo, a existência de um maior impacto sobre a depressão pela crença na ineficácia social percebida associada a um dos géneros (feminino). A variação quanto ao género é atribuída a uma variedade de factores culturais, étnicos, sendo referidos seis.

Não esquecendo que um sentido persistente de ineficácia pessoal opera como um contributo tanto para a depressão clínica como para depressões de menor severidade, parece que a investigação sugere resultados que apontam para uma rede de influências sociocognitivas na depressão em crianças: o papel das duas vertentes das convicções na auto-eficácia pessoal percebida (a académica e a social) visam importantes aspectos da vida das crianças.

Realçávamos ainda dois aspectos: primeiro, os papéis das convicções e das realizações parecem não ser coincidentes mas importantes - proporcionam uma posição de *locus* externo para uma boa realização e baixa convicção (Bandura *et al.*, 1999); em segundo lugar, os resultados parecem sugerir que a crença na ineficácia académica e seu impacto nas reações de desânimo é mediada também pela competência e convicção da eficácia social (no 6.º B anexo referem-se as medidas utilizadas pelas equipas de Bandura e de Eisenberg).

Nos estudos com Eisenberg (1999) que, como vimos, tem como finalidade estudar como a emocionalidade e a regulação do comportamento influenciam a competência social e que esta é abordada em diferentes níveis etários de crianças, estudada sempre em duas componentes: a pró-social ou comportamento apropriado e a componente *status* social ou

popularidade. Assinalamos que, na nossa operacionalização, a avaliação do Compromisso social, que se traduz numa qualidade de inserção social, está de acordo com esta qualidade do funcionamento social (analisamos, por exemplo a popularidade e o não isolamento, o que pode atingir o máximo nível). No nosso estudo empírico avalia-se o jovem adulto, mas o nosso modelo compreende a sua extensão ao longo da vida (expectando que tenha uma adequação concomitante com o desenvolvimento humano possível, através de uma diferenciação nas ponderações ou descrições).

A propósito da competência social, Schwartz e Gottam (1976) relevam o facto dos *socialmente tímidos* saberem o que devem fazer em sociedade, mas faltar-lhes operacionalização, isto é, a concretização da capacidade para o realizar, sendo importante os programas de comportamento assertivo. Por outro lado e segundo Glasgow e Arkowitz (1975), surge o realce para uma das razões pela qual foi observada uma variância na eficácia social, digamos, em situações semi estruturadas: parece que os socialmente ansiosos e os não ansiosos diferem muito nas convicções sobre a sua eficácia social, embora possam não diferir nas habilidades sociais. No mesmo sentido encontram-se os resultados de Lewinsohn e outros (1980). Ao serem analisadas as habilidades sociais dos deprimidos e não deprimidos, eram assinaladas semelhanças, mas os não depressivos auto-analisavam-se como muito mais hábeis do que realmente eram. Por sua vez Bandura (1999), ao trabalhar com crianças com e sem reacções depressivas, a longo e a curto prazo, também verifica que a convicção na eficácia social é um factor que as diferencia.

Bandura e colaboradores (1999) referem que a *facilidade de inserção social* não é simplesmente matéria de treino das habilidades sociais; ela terá de ir para além dessa construção e também ajudar a construir outra perspectiva cognitiva, uma maior convicção na auto-eficácia do *socialmente tímido*. Como vimos, os resultados de Bandura e outros (1996) sugerem que a segurança na crença sobre a auto-eficácia académica para além de promover o conhecimento académico, também o realiza nas relações pró-sociais e reduz o envolvimento em problemas de comportamento. A socialização e a realização académica são redes de actividade que parecem implicar-se de modo diverso. Estes investigadores consideram a escola como um meio favorável de uma relação com pares e discutem que a baixa orientação pró-social das crianças leva a uma alienação social destas, o que alimenta a rejeição pelos pares nas relações de suporte mútuo, sendo fonte de inseguranças e desvalorizações. A par com estes resultados, mas noutro nível etário, em jovens adultos e

em dois estudos da satisfação com a vida, Neto (1999) refere que *‘(...) em ambos, a solidão foi o primeiro termo de perda de satisfação com a vida’*, acentuando-se uma má recuperação na situação difícil. Na nossa classificação na dimensão do Compromisso social, consideramos a competência social analisada pela popularidade e pela não timidez, agrupadas em três níveis positivos, todos socializados/sem isolamento. Para esta hierarquização contribuiu o encontro de três tipos de ligação nas relações humanas, constituindo configurações significativas para que aponta a revisão de literatura (Noam e Fischer, 1996): a segurança; a insegurança ansiosa; e a insegurança de evitamento. Numa população, constata-se existirem em todos os níveis etários. Estas e outras parecem ser estruturas de ligações que as pessoas desenvolvem no início de vida e que posteriormente constroem e transformam à medida que crescem, *working models*, como são designadas.

Considerando uma avaliação positiva na inserção social, para a nossa designação utilizámos a 1.^a e a negação da última: ficou o maior nível, “a segurança social”, e o mais baixo, “o não isolamento”. A insegurança ansiosa não foi utilizada pois não a consideramos como uma inserção social positiva. Nos estudos de casos verificámos essa situação notando, noutros indicadores, uma variação de nível concomitante (associada a uma possível explicação lógica). A situação que considerámos de menor nível de saúde ainda classificada por este modelo é a que vamos abordar no próximo item, e a que associamos uma insegurança ansiosa. A não timidez socializada obteve a designação de “menor segurança social”, pois, pelo exposto, não corresponde a um máximo da inserção social (não chega a ser popular, mas, da sua parte, tem uma segurança pessoal suficiente para, socialmente, poder ser frontal ou não tímida).

Também com o modelo de Bandura (1986) se verifica que *“(...) as convicções da eficácia afectam não só a implementação das habilidades sociais mas também o modo de processamento cognitivo do sucesso social e dos passos em falso do seu percurso”* (Bandura, 1999). Relativamente a este último aspecto, como nota, relembramos alguma investigação mais antiga mas que também sublinha este aspecto. Kelly (1955) indicava a ironia do modelo de processamento dos esquemas de Leahy (1985): *“(...) a ironia do modelo de processamento dos esquemas é a de que (...) o ser humano é um cientista pobre. Se a pessoa, devido ao seu esquema, começa com a conclusão ‘sou um fracassado’, só*

procura a evidência confirmativa deste facto, sem tentar encontrar a evidência contrária”.

Alguns dos aspectos do *helplessness* de Seligman (1975) também lhe estão associados.

É sobre o tipo de processamento cognitivo que passaremos a reflectir.

1.3.3 Reflexão e Ruminação

A auto-reflexão e a *ruminação* são conceitos que estão bem associados ao nosso constructo. Dentro deste campo de estudo, Fenigstein e colaboradores (1975) operacionalizaram o conceito de “*self-awareness*” proposto por Duval e Wicklund (1972). A Escala da Autoconsciência⁸⁶ de Fenigstein e outros “(...) *rapidamente se tornou numa medida muito influente nas pesquisas em psicologia social*”⁸⁷(1996).

A construção desta escala pretendia ter em conta a frequência da autofocagem, esperando-se um constructo com uma disposição geral consistente com o seu simples enunciado. Nasby (1985) refere que os três factores obtidos por Fenigstein *et al.* (1975) na sua análise factorial “(...) *primariamente assumiram as diferenças de atenção entre as pessoas e consequentemente interpretaram as suas investigações no contexto de processos específicos de auto-avaliação ou teorias de auto-regulação.*” De facto, Fenigstein e colaboradores (1975) perante os resultados da análise factorial, concluíram existir três factores distintos de autofocagem, que associaram a diferentes tendências da atenção: “Autoconsciência Privada”, a “Autoconsciência Pública” e um pequeno factor, “Ansiedade Social”. Autoconsciência Privada, refere-se “(...) *à consciência dos próprios sentires interiores, pensamentos e sensações físicas*” (*idem*); a Autoconsciência Pública associaram “(...) *à consciência da nossa aparência relativamente aos outros*” (*idem*), e o pequeno 3.º factor, que, como refere Briggs (1988), implica que alguns dos seus itens, numa 1.ª relação, sejam incluídos numa sobreposição com a dimensão de introversão, cuja possibilidade pode ser considerada pela relativa dissociação dos outros factores.

Para a construção desta escala de Autoconsciência os seus autores (Fenigstein *et al.*, 1975) partiram de 7 categorias e 36 itens, em que 3 delas implicam uma geral afectividade negativa ou neuroticismo (N): uma avaliação dos outros; preocupações com o comportamento no presente, passado e futuro; uma reconhecimento da própria posição e atributos negativos, implicando (por exemplo e respectivamente, uma baixa auto-estima, uma ansiedade e uma *ruminação*); e outras 3, em que claramente implicam uma abertura a

novas situações, (O)⁸⁸ (e.g., abertura a sentires, ideias e fantasias ligadas à sensibilidade a sentires interiores, comportamento introspectivo e uma tendência para a descrição da nossa própria imagem).

O uso diversificado da escala de Autoconsciência também não impediu uma reanálise da natureza das medidas dos constructos em causa. Relativamente à escala *Autoconsciência Pública*, o próprio Wicklund e Gollwitzer (1987) propõem ser uma medida da “dependência social”, e não tanto da autoatenção. De notar que esta visão sobre a Autoconsciência Pública também apoia a nossa avaliação no Compromisso social inserida anteriormente (parte final de 1.3.2). Continuando, a reanálise da fundamentação destas escalas também se torna mais específica, com muitas outras propostas de associação destes factores não tanto a mecanismos da atenção (como a activação de funções comparadoras nas teorias de auto-regulação) mas directamente a categorias de motivos (e.g., Franzoi *et al.*, 1990; Trapnell *et al.*, 1997; Schlenker *et al.*, 1990). Também Trapnell e colaboradores (1999), em revisão de literatura, assim se exprimem: “(...) no nosso ponto de vista Autoconsciência Privada e Autoconsciência Pública não operacionalizam 2 subcategorias da atenção privada e pública, mas operacionalizam uma específica distinção motivacional dentro dessas categorias e.g., curiosidade epistemológica e aparência, respectivamente, associada a motivos de conformidade social”⁸⁹.

Trapnell e Campbell (1999) reavaliam a natureza das medidas da Autoconsciência Privada e sua inserção na sua escala de Autoconsciência, e, na sua aplicação, utilizam diferentes ferramentas e, entre elas, a aplicação da taxonomia do FFM⁹⁰. Perante o paradoxo de altos resultados na categoria da *Autoconsciência Privada*, associados tanto a reacções depressivas e a depressões neuróticas como a forte curiosidade e exploração do autoconhecimento, propõem uma associação distinta a diferentes motivos (respectivamente: ao medo/ameaça, perda ou injustiça; e à curiosidade⁹¹ ou reflexão epistemológica): à fechada *ruminação* e à reflexão autoconsciente.

Uma das outras ferramentas utilizadas por Trapnell e outros (1999) foi a construção de um Questionário de *Ruminação* e Reflexão (que se segue), com o qual verificam a correspondência a dois constructos dissociados entre si e cada um ligado a dimensões do neuroticismo/instabilidade emocional (N) e a abertura a novas situações (de sigla O), respectivamente.

*Quadro 1-7: Itens do Questionário de Ruminação / Reflexão ¹**Reflexão*

13. O pensamento filosófico ou abstracto não me seduz demasiado. (-)
14. Eu realmente não sou um tipo de pessoa meditativa. (-)
15. Eu adoro explorar o meu si (*self*) interior.
16. As minhas atitudes e sentires sobre as coisas fascinam-me.
17. Realmente eu sou avessa à introspecção ou auto-reflexão. (-)
18. Adoro analisar a razão porque faço coisas.
19. As pessoas muitas vezes dizem que sou uma pessoa profunda, de tipo introspectivo.
20. Não cuido muito da auto-análise. (-)
21. Sou, por natureza, uma pessoa inquiridora.
22. Adoro meditar na natureza e significado das coisas.
23. Muitas vezes gosto de olhar para minha vida de um modo filosófico.
24. Não acho muita graça ser autocontemplativo. (-)

Ruminação

1. A minha atenção está muitas vezes focada em aspectos que me dizem respeito e que eu queria parar de pensar sobre eles.
2. Relembro sempre o que me parece errado nas coisas recentes que tenha dito ou feito.
3. Muitas vezes é-me difícil fazer desaparecer pensamentos sobre mim próprio.
4. Muito depois de um argumento ou situação desagradável, os meus pensamentos voltam atrás sobre o que se passou.
5. Tendo a “ruminar” ou insistir sobre as coisas que me acontecem, realmente por muito tempo.
6. Eu não perco tempo a pensar de novo nas coisas que se passam. (-)
7. Muitas vezes penso de novo no modo como aceito o passado.
8. Muitas vezes encontro-me a reavaliar algumas coisas que fiz.
9. Eu nunca “ruminei” ou insisti em pensar sobre mim própria/ou por muito tempo. (-)
10. É fácil, para mim, pôr pensamentos que não quero fora da minha cabeça. (-)
11. Muitas vezes reflecto em episódios da vida que não mais devia.
12. Eu passo muito tempo a pensar nos meus momentos embaraçosos ou no desapontamento.

Fonte: Campbell e Trapnell, 1996

legenda

(-): contributo negativo deste item

¹ Ao ser aplicado este Questionário a 2698 jovens adultos, a seriação destes itens foi a seguinte: reflexão- 15,23,22,17,16,18,20,14,13,24,19,21; *ruminação*- 5, 7,24,6,8,11,12,9, 10,3 e 1 (Trapnell *et al.*, 1999).

Nesta investigação de 5 amostras num total de 2698 estudantes universitários (alunos em que 90% têm entre os 17 e os 25 anos), constataram, entre outras, as seguintes conclusões: 1.^a- verificam a sua hipótese: distinção de motivos medidos pela escala Autoconsciência Privada, associados aos dois constructos: à *ruminação* e à *reflexão*.

A 2.^a e a 3.^a conclusão- associação dos 3 factores (e subfactores) da escala Autoconsciência ao modelo FFM e respectivas cinco dimensões⁹². Por seu lado, da 4.^a e 5.^a conclusão (Trapnell *et al.*, 1999), realçamos que a ***ruminação*** e a ***reflexão*** explicam diferencialmente as correlações disposicionais da Autoconsciência Privada. As conotações ruminantes da subsérie Auto-reflexão (6 dos itens de Autoconsciência Privada) explicam as associações de Autoconsciência Privada com o *distress* psicológico (*e.g.*, ansiedade e depressão). A *reflexão* explica a associação de 4 de outros itens da Autoconsciência Privada (subfactor este designado por Avaliação dos Estados Internos), também com os traços intelectuais, O, (*e.g.*, necessidade de cognição, necessidade de autoconhecimento) (Trapnell *et al.*, 1999)⁹³. Em anexo (6.ºB) existe mais alguma explicitação destes estudos.

No nosso modelo e classificação em resiliência avaliada através dos registos de autodescrição, é importante a categoria da *reflexão* que, na construção da avaliação do constructo em estudo, por seu turno, deu origem ao autoconhecimento (nosso indicador na dimensão do Compromisso) bem como a outros indicadores que implicam uma pequena expansão do conceito, nomeadamente ‘(...) à preocupação com o seu desenvolvimento’ (indicador na dimensão do Desafio). Na dimensão do Controlo, a avaliação da cognição percebida/descrita no enfrentar uma situação difícil também é realizada. Servindo-nos da investigação e nomenclatura indicada nesta subsecção e como já dissemos, no nosso trabalho encontrámos atitudes coerentes de *reflexão* epistemológica (mais ou menos rica), mas também de *ruminação*, o que está de acordo também com outras investigações directa ou indirectamente associadas (*e.g.*, Grotberg, 1995; Block, 1980,1991).

CAPÍTULO 2

CAPÍTULO 2

Modelo de Resiliência e sua Operacionalização

Uma breve história do estudo sobre o *stress* e o marco importante do Modelo de *hardiness* de Kobasa/Oeullette são enquadrados na evolução do binómio saúde/doença e no campo teórico e prático da resiliência. É feita uma exposição sobre o constructo desta investigação e da sua aplicação segundo Grotberg e colaboradores, que compreende uma visão holística e dinâmica.

Devido às dimensões desenvolvimentistas da egoresiliência e do egocontrolo de Block, posteriormente é realizada uma simples abordagem de teorias da funcionalidade humana: a Teoria da egoresiliência de Block e o Five Factor Model, FFM. Para além de ser investigado nos mais diversos temas, constata-se que FFM é também uma importante matriz associada à resiliência, pois níveis altos nas 5 dimensões traduzem um alto grau em resiliência (Caspi, 1996), permitindo a sua descrição. As duas investigações possibilitam a visão da existência da resiliência já aos três anos de idade, sendo uma das funcionalidade humanas presente ao longo da vida.

Com base no constructo *hardiness* e na linguagem resiliente de Grotberg é apresentado o nosso Modelo dinâmico sobre resiliência e descrita a operacionalização da classificação neste constructo, que a elaboração e aplicação do nosso instrumento principal RES tornou possível.

Para o Modelo são escolhidas 3 Dimensões, construídas 6 subdimensões e encontrados os respectivos indicadores expressos. Para a operacionalização da classificação expõe-se o máximo nível da contribuição de cada indicador *i* (MNI's) pertencente a uma determinada subdimensão. A classificação alcançada é dada pela soma dos maiores valores obtidos em cada subdimensão. Obtém-se uma avaliação global, por dimensão e por subdimensão em resiliência.

2 MODELO DE RESILIÊNCIA E SUA OPERACIONALIZAÇÃO

2.1 *Resiliência/Hardiness na História de Investigação em Stress*

2.1.1 Emergência de novo constructo

Vamos fazer o enquadramento histórico da resiliência revendo alguma investigação em *stress* e verificando a emergência do constructo *hardiness*.

Na 2.^a metade do século findo, o *stress* surgiu como um forte campo de investigação. Procurava-se então definir e medir o *stress* (e.g., Lazarus e Folkman, 1974). Surgiram entretanto conceitos afins, como o de *coping* (e.g., Vaz Serra, 1994; Pereira, 1998), estratégias para lidar com situações sentidas como de ameaça, dano ou desafio, e Lefcourt (1973, 1980), por exemplo, refere funções de *coping*, como a de se centrar no problema ou na emoção.

Stress foi primeiramente abordado através dos sintomas físicos registados no organismo, que pareciam universais e independentes do tipo de *stress*, ligados ao sistema imunológico e genético, ao manter a vida de qualquer ser biológico, na perspectiva de Damásio (2000). No humano, a investigação centrava-se em factores de risco bem como nos campos de *stress* mais específicos da actividade da pessoa e da sua envolvente. No entanto, como refere Kobasa (1979), são registadas situações *stressantes* concomitantes com doenças somáticas e psicológicas vividas pelo humano (Dohrenwend & Dohrenwend, 1974). Por exemplo, Payke (1974) refere que, nessa altura, um número significativo de pessoas hospitalizadas continha mais histórias severas de situações de *stress* do que o experienciado pela generalidade da população. Esta afirmação da doença psicológica, para além da somática, lembra a 1.^a revolução de saúde (meados do século XIX), como já fizemos referência (*Esquemas 1 e 1-1*), em que, por exemplo, foi considerada a disfunção mental como doença. Na 2.^a revolução, anos 70, o pólo de interesse passou da doença para a saúde (Pais Ribeiro, 1994; Tavares e Albuquerque, 1998). É neste quadro que Kobasa fez

o seu doutoramento (1977), propondo a ligação entre *stress* e doença e, como condicionante, a importância de características da personalidade, apontando-se esta última como construtora da sua saúde e propondo-se um novo conceito, o da pessoa *hardiness*. Esta investigadora (1979), sublinha que a ligação entre *stress* e doença era uma novidade. O senso comum, os médicos e filósofos interessados em manter a saúde, o bem-estar (espírito da 2.^a revolução de Saúde), há muito estavam curiosos pelo significado das situações de vida e sua interferência no bem-estar de cada um, na sua etiologia, mas a investigação ocupava-se sectorialmente do stress, posteriormente dos factores de risco para o humano, como foi descrito, passando para a análise dos factores de protecção e, como referimos (Albuquerque e Tavares, 1999), para os factores de optimização, realçando a não existência de quotidianos sem adversidade. A visão e a investigação de Kobasa bem como a de Grotberg, em nosso entender, já se enquadram na perspectiva da optimização, pelo humano, da situação difícil.

2.1.2 Resiliência/*hardiness*: exposição, realces e definição de Kobasa

De facto, a história de investigação em *stress*, *coping* e doença é longa, mas podemos dizer que, com a alteração cultural de meados dos anos 70, o fulcro de discussão alterou-se, passando da ‘doença’ pessoal para a preocupação com a própria ‘saúde’. Em 1977 Kobasa defende a tese do seu doutoramento sobre o *stress* do humano e o seu estado de saúde: um estudo da possibilidade de explicação sobre uma correlação dos níveis de *stress* e de ‘doença’ que variava entre 0,20 e 0,78, com maior incidência no valor 0,30 (dados da aplicação da escala de Rahe’s) (Kobasa, 1979).

Esta investigadora relembra que um número excepcional de estudos, feitos desde os anos 60 sobre o *stress*, sugeriam a sua ligação com a doença somática e psíquica. Para além deste facto, na década de 70 repara, por exemplo, na existência de uma principal incidência de resultados com significado no nível de *stress* em pessoas hospitalizadas, bem como em indivíduos de modos de vida exigentes (Rahe, 1974; Paykel, 1974, *op cit* Kobasa 1979). No entanto, a questão não tinha sido abordada no mundo científico.

Esta dificuldade de falta de significado da correlação talvez se possa associar a um modelo fisiológico de saúde* de Selye (1956), em que as reacções humanas apelam a esforços imperfeitos* (em tipo e duração) de adaptação espontânea dos organismos humanos e, portanto, com baixa resistência do corpo e aumento da probabilidade de ocorrência de ‘doença’. Por esta razão, a maioria das investigações em *stress* tenta desenhar uma causalidade directa entre a situação difícil e os seus efeitos na doença*⁹⁴ do sujeito. De notar que Lazarus (1966) indica “(...) *que a avaliação cognitiva e a acção dependem exclusivamente da situação stressante*” (o que não acontece em Lazarus, 1984, como veremos).

É sobre esta questão da causalidade “(...) *forte e [que consiste numa] nova ideia*” (Kobasa, 1979) que Maddi e Kobasa trabalham e, na tese, esta última propõe a importância da personalidade como condicionador da referida correlação.

Assim se começa a falar das fontes pessoais de resistência ao *stress* que incluem (Kobasa *et al.*, 1982 a, b): **1)** uma constelação de características pessoais, que designa por *hardy*, factor único com três dimensões, de desafio, compromisso e controlo; **2)** o factor genético, de descrição constitucional, que inclui uma pequena história de doenças familiares; **3)** o suporte social, como por exemplo *status* e contactos sociais; e **4)** práticas saudáveis, como o exercício físico (Kobasa *et al.*, 1982 c), andar a cavalo, etc. Em 1979, baseando-se numa análise mais subtil do registo investigativo de Selye, Kobasa relembra o que Selye designa como “(...) os diferentes modos de cada indivíduo enfrentar o *stress*”, o que, na sua opinião, provavelmente inclui “(...) *predisposições físicas, a respectiva experiência como criança, fontes sociais e características da personalidade*”, que considera como factores de recuperação perante o impacto negativo das situações de *stress*.

É de realçar que, em trabalhos posteriores, Lazarus e Folkman (1984) identificam categorias básicas para lidar com o *stress* como: 1) recursos pessoais; 2) recursos materiais; 3) suporte social. As fontes ou recursos 2) e 3) consideram ambientais, e os recursos pessoais (1) subdivididos em: recursos físicos (saúde e energia); recursos psicológicos em crenças positivas (pessoais e existenciais); e os de competência em habilidades sociais e de resolução de problemas.

O termo ‘fonte de resistência ao *stress*’ é, como veremos, equivalente a ‘fonte de resiliência’, assim empregues por Kobasa (1983). Relativamente aos recursos ou fontes no âmbito social serão discutidos posteriormente, pois serão motivo de reflexão na

comparação com outros autores e ao longo do trabalho de Kobasa e respectiva equipa de investigação.

Vamos abordar este salto qualitativo ‘para a saúde’⁹⁵ através dos realces e das fundamentações sugeridas e propostas por Kobasa.

Kobasa, “(...) *em contraste com o ponto de vista reactivo e passivo*” de modos de estar considerados na maior parte dos trabalhos em doença/*stress*, propõe uma série de aproximações ao comportamento humano, as quais Maddi (1976) caracteriza como as teorias de personalidade, designadas como vigorosas (Kobasa, 1979).

A fundamentação dos seus trabalhos, apresentada em 1979, baseia-se em teorias existenciais (Kobasa e Maddi, 1977; Maddi, 1976) que advogam uma “(...) *perspectiva vigorosa do verdadeiro viver*”, bem como, na competência de White (1959), no apropriado esforço de Allport (1955) e na produtiva orientação de Fromm (1947).

Indica, nesta altura, que a pessoa *hardy* possui uma estrutura de personalidade com três características gerais: **1-** crença de que **controla** ou influencia o seu dia a dia; **2-** habilidade de se sentir perfeitamente envolvido ou **comprometido** em actividades da sua vida; **3-** antecipação da mudança como um **desafio** excitante para o seu posterior desenvolvimento. É proposta a extensão destas três características gerais tanto para a situações de ‘doença’ como de ‘saúde’⁹⁶.

Apresenta então um constructo fundamentado da personalidade *hardy* (1979), ou seja, uma pessoa com um perfil cheio de energia, autónomo no controlo, com “(...) *a decisão de controlo ou a capacidade de autonomamente escolher o curso da acção para gerir o stress*”, com um forte sentido de propósito e de compromisso⁹⁷. O compromisso é descrito como existindo em todas as áreas da vida, mas especialmente consigo próprio. É também uma personalidade com uma vertente de desafio, como anteriormente assinalámos, e, com uma predisposição para uma flexibilidade cognitiva (Moss, 1973). De sublinhar uma consequência deste perfil, lembrado por esta investigadora: “(...) *o posterior desenvolvimento*” (1979).

O universo trabalhado é constituído por profissionais de nível de emprego médio e alto, pretendendo-se estudar a descrição que separa a pessoa com alto *stress*/baixa doença daquela que, com alto *stress*, fica com falta de saúde (respectivamente, de alto nível e de baixo em *hardiness*) (*idem*)⁹⁸.

Para a referida descrição, Kobasa (1979) põe três hipóteses, que consistem na existência de cada uma das três dimensões: desafio, compromisso e controlo. Embora seja referida a necessária continuação do estudo⁹⁹, os resultados parecem indicar estas três categorias, bem como quatro ou cinco indicadores discriminantes (principalmente no campo do envolvimento e seu controlo), revelando-se um deles com muito alta intensidade¹⁰⁰: o compromisso consigo próprio. Passaremos a transcrever o que esta investigadora salienta na respectiva fundamentação: o compromisso *"(...) é uma área única e particularmente importante para a saúde. Ficar saudável sob o stress é criticamente dependente de um forte sentido de compromisso com o self. Uma habilidade para reconhecer os próprios valores (...) e uma apreciação das próprias capacidades para ter propósitos e tomar decisões"*. Esta reflexão suporta a existência de uma estrutura interna clara, que White (1975) e outros acreditam como sendo essencial para uma precisa avaliação da ameaça de uma situação particular, bem como a competência para a gerir, relembra esta investigadora. A operacionalização deste constructo, que faz parte da sua tese de doutoramento e exposta em 1979, foi melhorada por Kobasa (1982), e figura no anexo 7.

Diremos, em resumo, que o amplo conteúdo associado a *hardiness* e fundamentado (1977) é constrangido (nomeadamente nas áreas do compromisso) aquando da verificação da proposta deste constructo e da classificação em 5 categorias (1979).

São sempre consideradas 3 dimensões (desafio, compromisso e controlo) e verificada a existência de 1 só constructo, correspondendo à soma total das classificações no desafio (utilizando a escala da insegurança (medo), com peso duplo); no compromisso (valor obtido na alienação do self e do trabalho); e no controlo (nível no *locus* de controlo externo e falta de poder).

Vamos assinalar alguns passos que descrevem os resultados da investigação de Kobasa e a equipa sobre o constructo *hardiness*, definido por três dimensões, que verificam moderar os sintomas de 'doença' registados.

Em 1982 (1982b), as descrições e os resultados são mais precisos. Kobasa e colaboradores passam então a descrever o que a pessoa *hardy* entende relevante para a avaliação cognitiva e a sua acção nos domínios do desafio, compromisso e controlo. Assim, as pessoas adultas com alto nível de *'hardiness'* facilmente se autocomprometem no que estão a fazer (mais do que se sentirem alienadas); geralmente acreditam que podem, pelo

menos parcialmente, controlar as situações (mais do que se sentirem incapazes, com fraco poder); e olham a mudança como sendo um “*desafio normal ou ímpetus para o desenvolvimento*” (mais do que com medo). Para estes investigadores, na percepção e avaliação de uma específica situação de *stress* de vida, as pessoas ‘*hardy*’ adultas procuram oportunidades para o exercício da decisão, a confirmação das prioridades de vida, o ajustamento de novos objectivos e outras actividades que apreciam como importantes capacidades humanas. Por outro lado, são capazes de avaliar qualquer situação num contexto de um plano geral de vida. O seu básico sentido de propósito e de envolvimento na vida mitigam as disfunções de adaptação.

Realçávamos também a relação com outros conceitos e modelos, nomeadamente a teoria da crise e o significado (Turner e Avison, 1992) que a nossa visão também abarca. Por outro lado, nos resultados e fundamentação da investigação de Kobasa e colaboradores, estes sublinham autores, conceitos e modelos associados a *hardiness*, como por exemplo: a saúde, a resiliência e o crescimento, Csikszentmihalyi, Bandura e Antonovsky. Kobasa refere-se: a Csikszentmihalyi aquando da dimensão do desafio (considerando este último como fazendo parte do quotidiano); à estrutura de aprendizagem social, no modelo de Bandura, com uma orientação semelhante à de *hardy*; à coerência, no modelo de saúde de Antonovsky (conceptualmente diferente de *hardiness*, mas com semelhanças admiráveis) (Kobasa, 1983). Mas também com este núcleo dinâmico *hardy* da personalidade interroga constructos de saúde, como o de resiliência, bem como o de crescimento, sendo este último expectado e questionado com o objectivo de educar em *hardiness* (e.g., Kobasa, 1979, 1982). No anexo 7 surgirá alguma exposição sobre estes primeiros realces. Relativamente ao conteúdo da interacção social, este será analisado um pouco mais em 2.3.1, pois o nosso modelo é mais extenso nesta área.

Para a relação da resiliência com outros constructos e pela voz de Kobasa e colaboradores, podemos ainda ler que, implícito nos resultados apresentados e na continuação do acima citado, está a noção de que há modos de *pensar, sentir e actuar*¹⁰¹ perante uma situação de *stress circunstanciada* em que “(...), o *self* e a envolvente geral encorajam a resiliência psicológica e fisiológica e, portanto, a saúde” (1983). Por outro lado Bandura indica que “(...) o firme sentido intelectual de eficácia cria resiliência para os efeitos negativos das falhas e sustém um alto nível de perfil de motivação (Bandura, 1991). Por outro lado,

Bandura (*e.g.*, 1999, 1997) refere que a teoria de auto-eficácia “(...) propõe explicitamente um guia para a estruturação de experiências, obtendo-se habilidades sociais e convicções resilientes” (1999).

Portanto, a convicção na auto-eficácia de Bandura parece fazer parte do perfil *hardiness* de Kobasa, mesmo considerando o papel da interação social. Quanto à relação com a resiliência, pela voz destes autores, *hardiness* possibilita o *coping* activo (transformacional segundo Maddi (1980)) e este encoraja a resiliência psicológica e fisiológica. Estão, pelo menos, relacionados.

2.2 Outras Investigações

Vamos abordar aspectos da investigação de Grotberg e de Block, pois tratam processos em resiliência e consideram este constructo como multidimensional. Será analisado o modelo Five Factor Model (FFM) ou Big Five (B5), pois contém 5 das 7 dimensões trabalhadas por Block.

2.2.1 Grotberg

Grotberg desenha e, com a equipa, implementa o Projecto de Pesquisa Internacional de Resiliência (PPIR), tendo como objectivo a promoção da resiliência através do paradigma EU Tenho, Eu Sou e Eu Posso. Trabalha-se em 27 locais diferentes, situados em 22 países na Europa, África, América Latina, América do Norte e Países do Pacífico. A amostra foi constituída por 1225 crianças, até aos 12 anos de idade.

A pesquisa iniciou-se com a questão múltipla sobre a actuação de pais, educadores, adultos e a própria criança na promoção desta capacidade. Verificam que só 38% das respostas indicam um incremento de resiliência, o que lhes pareceu ser um nível demasiadamente baixo “(...) *em relação a uma contribuição poderosa para o desenvolvimento da criança*” (Grotberg, 1998).

Resiliência, é, na aceção desta investigadora, “(...) uma capacidade universal que permite a uma pessoa, grupo ou comunidade prevenir, minimizar ou ultrapassar os efeitos nocivos

da adversidade.” (Grotberg, 1995). Em 1998, Grotberg enuncia-a deste modo: “(...) *resiliência é uma capacidade humana para fazer face, ultrapassar e mesmo ser fortalecida pela experiência de adversidade*” (como também referimos em Tavares e Albuquerque, 1998), capacidade básica esta que tem a possibilidade de existir em todas as crianças. Pais e outros adultos da envolvente da criança promovem esta capacidade através de interações e construção ambiental adequada. “(...) *Encorajam a criança a tornar-se cada vez mais autónoma, independente, responsável, empática e altruísta bem como a aproximar-se de situações com esperança, fé e confiança. Ensinam-lhes como comunicar com os outros, resolver problemas, e, com sucesso, gerir os pensamentos negativos, sentires e comportamentos. As crianças por si próprias tornam-se fortemente activas na promoção da sua própria resiliência*” (Grotberg, 1995). Esta descrição justifica a “(...) *contribuição poderosa para o desenvolvimento da criança*”, acima referida (*idem*).

A pesquisa parece indicar que a resiliência é promovida na criança pelo apoio no desenvolvimento de forças interiores; pela ajuda na aprendizagem social e interpessoal bem como na competência para a resolução de problemas; pela construção de uma envolvente confiante e confidente, segura para uma autonomia necessária proposta por Erikson, por exemplo, e que Grotberg e a sua equipa escolheram como modelo de referência sobre o desenvolvimento.

Foram identificados 36 factores qualitativos que parecem contribuir para a resiliência, agrupados em 3 grandes dimensões que constituem o que designam por linguagem resiliente ou paradigma, anteriormente mencionado: Eu Tenho, Eu Sou e Eu Posso. Encerram 3 estilos cultivados pelos educadores e, mais tarde, aprendidos pela criança de um modo cada vez mais consciente. Werner refere, especificamente, que até à idade dos 11 anos é mais provável o desenvolvimento de muitos factores de resiliência, (Werner, 1993). Este projecto de investigação, propondo-se fazer uma educação em resiliência, escolhe então a faixa etária dos 0 aos 11 anos de idade.

Indicam que ninguém é poupado à adversidade, tendo-se verificado a utilidade do paradigma como guia da aprendizagem do modo de promoção desta capacidade na criança. Historicamente o estudo em resiliência, na perspectiva de Grotberg, fez-se com identificação de factores, através de pesquisa retrospectiva sobre vivências em situações adversas e por pesquisas que designam por “concorrentes”, com análise de factores em situações quotidianas ou extremas. Nasceu então uma nova questão que esta investigação

propõe e que se traduz no processo de formação do resiliente. Assim, os factores foram identificados numa 1.^a abordagem retrospectiva e reforçados por análise teórica de situações patológicas ou de vida quotidiana, obtendo-se um constructo de definição multidimensional: a lista de verificação é composta por 15 categorias.

Há a concretização de mais dois desafios: 1.º - o princípio da formação em resiliência foi considerado, neste caso, como constantemente promovido e fazendo parte do processo de desenvolvimento da pessoa; 2.º - a unidade a investigar é a criança no contexto (família, escola, maior comunidade) (Bronfenbrenner, 1980), sendo um elemento constante em toda a investigação (Grotberg, 1999).

Mas o primeiro objectivo do projecto PPIR estava no âmbito de processos educativos. Ele consistia na investigação sobre a actuação de pais, outros educadores e as próprias crianças mais velhas, de modo a promoverem a resiliência na criança até aos 12 anos. Escolhe uma população de crianças que cumpra dois critérios: tenha experienciado o difícil, mesmo dentro da família, mas que também tenha um suporte social para incrementar a referida educação; e se distribua por três grupos etários, dos 0-3 anos, dos 4-6 anos e dos 9-11 anos, de acordo com os níveis de desenvolvimento propostos, tendo como base teórica a investigação de Erikson.

A autonomia é um valor nesta educação para a resiliência, fazendo parte dos 15 itens da lista de verificação, como por exemplo: “a criança tem prazer em fazer as coisas sozinha”; “a criança gosta de alcançar aquilo que pretende”; “a criança sente que o que faz torna diferente o desenrolar dos acontecimentos”; “a criança faz planos para realizações”.

Acabámos de ver alguma aplicação da linguagem resiliente/ou o paradigma de Grotberg: Eu tenho, Eu Sou e Eu Posso. Eu Sou e Eu Posso indicam sumariamente o seu perfil pessoal, social e de resolução de problemas; Eu Tenho corresponde a tudo o que lhe é exterior e a pode ajudar, também nas situações difíceis (em diferentes níveis e perspectivas). Dos 0 aos 12 anos, o contexto tem um papel especial na educação. Em 8.º anexo, encontra-se a exposição de mais alguns aspectos associados à investigação de Grotberg.

Agora, na transição de uma análise de textos e paradigmas em que se enuncia fundamentos do funcionamento humano que até parecem semelhantes, deixávamos uma curiosidade sobre um outro modelo, o de McAdams. Este último, na análise do domínio da

personalidade, indica que os factores designados por “(...) *Big Five (B5)*, representam as atribuições mais gerais e compreensivas¹⁰², que poderíamos desejar fazer, quando não sabemos, virtualmente, mais nada sobre as pessoas; isto é, quando confrontados com um estranho (... se enfatiza) O Ter da personalidade (...) associado às disposições estáveis da personalidade¹⁰³.” (McAdams, 1992). Este nível de descrição do humano é designado por McAdams como o I nível. Num nível intermédio, o segundo nível, II, defende estarem as adaptações características, as suas preocupações e acção, dizendo respeito aos planos, objectivos, estratégias, defesas, projectos, tácticas e investimentos pessoais, “O Fazer”, segundo o próprio autor; o nível III, diz respeito “(...) à construção do Si¹⁰⁴”, (*idem*), “O Ser”, formação da identidade enquanto procura de unidade e orientação de vida, prendendo-se a uma narrativa desenvolvimentista (McAdams, 1989). Com esta visão do Ter, Ser e Fazer (McAdams, 1992), vamos deixar a perspectiva de Grotberg, com a linguagem resiliente do Eu Tenho, Eu Sou e Eu Posso, passando a outras investigações associadas ao modelo de Costa e McCrae designado por Five Factor Model (FFM) e/ou Big Five (B5).

2.2.2 Block, Costa e McCrae, Caspi e respectivos colaboradores

2.2.2.1 Resiliente: um protótipo de Block

Como modelos multidimensionais associados ao tema em estudo, gostaríamos de fazer uma referência à investigação de Block e colaboradores bem como à de Costa e McCrae, Caspi e respectivas equipas de trabalho. O modo de estar da pessoa humana e uma sua operacionalização realizada através do actual modelo designado por Five Factor Model e/ou Big Five (FFM/B5) é, para a adultez, uma “terra firme”, uma ponta do iceberg das diferenças individuais, no dizer de Hofstee e seus colaboradores (Boele De Raad, Hendroks e Hofstee, 1994). Esta ponta do iceberg consta da verificação empírica da generalização do modelo FFM/B5 para a descrição compreensiva da pessoa humana adulta, universo em que o nosso trabalho está interessado. É hoje ferramenta e objectivo de estudo transdisciplinar (*e.g.*, Sanford, 1992; Pais Ribeiro, 1999; Albuquerque, 2000). Ora, para o estudo do desenvolvimento humano ao longo da vida, Block e outros (1980) propõem um modelo baseado em 5 dimensões (equivalentes às dimensões em FFM/B5) e 2

dinâmicas, a egoresiliência e o egocontrolo, podendo ser fundamentado na Teoria de Adaptação de Rank, 1945 (York e John, 1992), que se encontra um pouco mais explicitada em anexo 9. Temos assim um modelo base que, no dizer de Caspi e colaboradores, é “(...) *quicá a mais proeminente investigação experimental de traços de personalidade*” (Robins *et al.*, 1994, 1996) em cuja dinâmica o constructo de “resiliência” é fundamental.

Por seu lado, Caspi e colaboradores têm actualmente trabalhado na complementaridade ou no que chamam “ponte” entre uma avaliação diferencial da pessoa humana, possibilitada pelo FFM e o encontro de perfis comuns a populações, utilizando instrumentos de avaliação de Block (como o CCQ-set¹⁰⁵) (Robins *et al.*, 1995, 1996), seguindo também uma orientação metodológica já utilizada por McCrae e Costa (1986). Verifica a replicação de 3 perfis de desenvolvimento de Block (Quadro 2-2), nomeadamente o resiliente (Robins *et al.*, 1996), cuja descrição surge no Quadro 2-1.

A avaliação da funcionalidade humana actualmente leva-nos a diferentes perspectivas, mas queremos aqui realçar duas linhas de compreensão científica da estrutura da personalidade do humano ao longo da vida, inicialmente mais distintas: por um lado a de Block e, por outro, a de Costa e McCrae, bem como a de Caspi e colaboradores. Cabe agora explicitar um pouco mais o conteúdo das mesmas: através da diferenciação e complementaridade das duas linhas de investigação, subsecção 2.2.2.2; e do registo de algumas aplicações, obtendo, por exemplo, a descrição do egoresiliente, em 2.2.2.3.

Quadro 2-1: Três descrições replicáveis de tipos de funcionalidade (em adulto)

Tipo 1- Egoresiliente

<i>Itens positivos</i> os melhores descritores	<i>Itens negativos</i> os piores descritores
(88) É autoconfiante e seguro de si; sabe o que quer	(77) Sente-se desprezível; tem uma baixa opinião de si
(82) Fala com clareza e com segurança; é assertivo e tem boa auto-estima	(35) Domina-se (restringe-se); é-lhe difícil exprimir-se; é inflexível
(41) É determinado no que faz; não desiste facilmente	(46) Tende a ficar desfeito sob <i>stress</i> ; fica assustado quando as coisas são violentas
(69) Atrai ao falar; pode-se exprimir bem por palavras	(54) O seu temperamento é imprevisível; muda muitas vezes e depressa
(73) Tem sentido de humor; gosta de rir com coisas engraçadas	(98) É tímido; leva muito tempo para conhecer as pessoas
(28) É enérgico e cheio de vida	(95) Sente os pequenos problemas e facilmente fica irritado e incomodado
(19) É aberto e recto (honesto, franco)	(12) Actua imaturamente quando enfrenta um problema difícil ou quando está sob <i>stress</i>
(68) É muito inteligente (mesmo que o seu rendimento escolar não o demonstre)	(39) Imobiliza-se quando as coisas são <i>stressantes</i> ou faz sempre o mesmo repetidas vezes
(66) É atento e pode-se concentrar	(33) Chora facilmente
	(45) Quando está sob <i>stress</i> , desiste e recua

Tipo 2- Hipercontrolado

<i>Itens positivos</i> os melhores descritores	<i>Itens negativos</i> os piores descritores
(78) Sente-se facilmente magoado quando o gozam ou criticam	(93) É patrão e gosta de dominar
(8) Gosta de ficar com os seus pensamentos e sentimentos	(85) É agressivo; escolhe a luta e lança argumentos
(30) Muitos adultos parecem gostar dele	(20) Tenta ter vantagem sobre os outros
(1) Mostra os seus pensamentos e sentimentos não verbalmente, e também não fala muito	(22) Tenta levar os outros a fazer o que ele quer lisongeando-os; é manipulativo
(35) Restringe-se (domina-se); é-lhe difícil expressar-se; é um pouco inflexível	(21) Tenta ser o centro das atenções
(98) É tímido; leva muito tempo a conhecer as pessoas	(10) Os seus amigos não duram muito; troca de amigos muitas vezes
(3) É uma pessoa afectuosa (quente) e responde com amabilidade	(84) É uma criança palradora; fala muito
(60) Fica nervoso nas situações incertas	(56) É ciumento, inquieto, invejoso; quer o que os outros têm
(76) Pode-se confiar; é seguro (fidedigno, certo) e de confiança	(37) Gosta de competir; está sempre a testar-se e a comparar-se
(2) Tem bom senso e é considerado pelos outros	(69) Pode exprimir-se bem por palavras; atrai ao falar

Tipo 3-Hipocontrolado

<i>Itens positivos</i> os melhores descritores	<i>Itens negativos</i> os piores descritores
(13) Tenta ver como se pode afastar sem castigo; força limites	((99) Pensa nas suas acções comportamentais antes de fazer ou dizer algo
(90) É obstinado (inflexível, teimoso)	(67) Planeia as coisas com tempo; pensa antes de fazer algo
(65) Quando quer coisas, gosta de o fazer imediatamente	(66) É muito atento e pode-se concentrar nas coisas
(26) É fisicamente activo, gosta de correr, jogar e de exercício	(44) Submete-se ou afasta-se numa situação de conflito ou desagradável
(78) Sente-se magoado facilmente se o gozam ou criticam	(98) É tímido; leva muito tempo para conhecer as pessoas
(95) Sente os pequenos problemas a facilmente fica magoado e irritado	(72) Muitas vezes sente-se culpado ou magoado; é impaciente e magoa-se
(11) Tenta culpar os outros por coisas que fez	(23) É nervoso e tem medo
(18) Dá a conhecer às outras crianças quando está irritado e magoado	(10) Os seus amigos não duram muito; troca de amigos muitas vezes
(21) Tenta ser o centro das atenções	(64) É calmo e relaxado; vai facilmente (é disponível)
(92) É atractivo e possui boa aparência	(62) É obediente; faz o que lhe dizem

fonte: Caspi *et al.*, 1996

2.2.2.2 Diferenciação/complementaridade: investigação Block e o modelo

FFM/B5

Assinalámos inicialmente que a avaliação de Block, para além de ser multidimensional é intra-individual. Também este autor utiliza uma aproximação por protótipos, classes ou factores Q, que “(...) *são abstrações e não podem ter em conta toda a complexidade de uma personalidade individual concreta*” (York e John, 1992) e que se tornaram úteis mas científicos, pois “*embora sejamos todos únicos... nos modos de adaptação, nenhum de nós é tão esquisitamente diferente para não se poder definir uma útil categorização*” Block (1971).

Entramos agora na diferenciação das duas linhas de investigação.

A de Block foi realizada a partir de um modelo fundamentado, como anteriormente foi indicado, tendo como objectivo estudar, também em situações sentidas como difíceis, a continuação/descontinuidade da constelação de características e da estrutura da personalidade humana: “Vida Através do Tempo” (1971) analisa o que designa por estruturas desenvolvimentistas (Block *et al.*, 1980). A aproximação de Block é considerada dedutiva e a de Costa e McCrae indutiva, apesar de hoje se podem associar ao FFM/B5 fundamentações teóricas (Wiggins, 1996, ver anexo 9; McCrae e Costa, 1996¹⁰⁶).

Por outro lado, a taxonomia da descrição compreensiva de características do humano nos 5 maiores factores ou domínios da personalidade, FFM ou B5¹⁰⁷, foi fortemente trabalhada pelos dois investigadores Costa e McCrae, tendo sido construído e aplicado o Inventário NEO-PI-R, (1985, 1987), cujas 5 dimensões e 30 facetas se encontram no anexo 1. Apesar do valor histórico de FFM ser baseado essencialmente num trabalho dedutivo, no entanto, esta taxonomia tem fortes vantagens: é, por exemplo, independente do observador (Pedroso de Lima, 1997). As teorias implícitas da personalidade (também analisadas na sua aplicação numa grande diversidade etária) podem ser justificação para a constatação deste facto (Leyens, 1985; Borkenau, 1992; Cantor e Michel, 1979 Peabody e Goldberg, 1989).

Outro valor científico consiste em ser hoje ferramenta de referência, objecto de estudo transdisciplinar, como Pais Ribeiro (1999) refere ao fazer uma revisão de literatura nesta área específica.

Uma outra mais valia, particular para o nosso estudo teórico, é a parte do trabalho de Caspi e investigadores que adjectivam como “complementar” entre as 2 aproximações (a do FFM/B5 e a de Block), para a descrição da personalidade, de que posteriormente iremos realçar alguns aspectos.

Sobre o modelo da personalidade B5 (ver também o anexo 1), Pais Ribeiro (1999) faz um pequeno resumo histórico sobre a investigação deste conteúdo no campo da saúde e psicologia e, dado ter merecido desde sempre a atenção científica, as técnicas de avaliação da personalidade foram por isso dominadas por diferentes concepções históricas. Nesta abordagem, o investigador refere que se podem considerar 3 períodos: até aos anos 60; entre a década de 60 e a de 80; e finalmente, a posterior aos anos 80, década de 80, como então afirma. Pais Ribeiro relembra que na década de 30 já se apontava para cinco factores distintos, distribuição realçada por vários métodos de avaliação de constructos em diferentes estudos e aplicados em várias culturas! Após uma concepção estática da estrutura humana nos anos 60, o contexto passa a ser considerado, como este autor aponta. *“Na década de 80 parece nascer algum consenso de que a personalidade podia ser caracterizada por cinco factores, que são comuns a muitas técnicas referidas anteriormente e (...) conhecidas por Big Five”*, ou *Five Factor Model*, FFM. Como dissemos, este modelo é avaliado, e.g., pelo *NEO Personality Inventory* (NEO-PI), em que podemos encontrar as seguintes dimensões: *extroversão*, *simpatia (agradabilidade)*, *controlo emocional (neuroticismo)*, *consciência e abertura à experiência* (Pais Ribeiro, 1999). A criança extrovertida é conversadora, fala muito; a criança simpática é considerada e respeitada por outros; a conscienciosa encontra modos com que as coisas aconteçam, que se façam; a criança sem estabilidade emocional é nervosa e tem medo. A dimensão da abertura da criança é traduzida pela curiosidade e exploração, pelo gosto de aprendizagem e experimentação sobre coisas novas (John *et al.*, 1994).

Estas são as **cinco** dimensões deste modelo formuladas de um modo mais simples que, associadas aos constructos dinâmicos de *egoresiliência* e *egocontrolo*, constituem as dimensões operacionalizadas segundo a Teoria do Funcionamento da Personalidade de Block e Block (1980). A *egoresiliência* e o *egocontrolo* são processos dinâmicos que

informam o modo de funcionamento afectivo do indivíduo. Estes dois constructos-padrão desta teoria são conceptualizados como variáveis dinâmicas de diferenças individuais “(...) *que organizam e configuram comportamentos ao longo do tempo e de contextos*” (Robins *et al.*, 1996). Egoresiliência refere-se à tendência a responder com flexibilidade, modificando o nível do seu egocontrolo. O egocontrolo refere-se à tendência para limitar/exprimir emoções e motivos. O funcionamento da personalidade tem duas direcções, marcadas pelo hiper e hipocontrolo (Block e Block, 1980). Nesta viragem de milénio é um modelo que exponencialmente está a ser aplicado com intensidade em diferentes campos.

Nesta aplicação de disposições de personalidade surgem identificações de diferentes tipos de indivíduos, ou protótipos, com configurações de personalidade semelhantes, tendo cada tipo “um padrão de relação distinto e conceptualmente coerente com as dimensões Big Five” (Block e Block, 1980). Um desses padrões de comportamento foi apelidado por Block de “resiliente” (como anteriormente referimos. Ver, *e.g.*, Quadro 2-1, Caspi *et al.*, 1996).

2.2.2.3 Aplicações: descrição do resiliente, da egoresiliência e recuperações

Realçávamos três resultados da aplicação destas investigações que vamos abordar ao longo deste item, a saber: **1)** descrição da estrutura de desenvolvimento de tipo egoresiliente, **2)** relação entre a descrição B5 e a de Block, relativa ao tipo resiliente, **3)** panorama da continuidade/descontinuidade do desenvolvimento, descrito por estes modelos.

A descrição do desenvolvimento de tipo egoresiliente (que será também designada por **Tipo 1**, nos diferentes Quadros: 2-1; 2-2; 2-3; e Figuras 2-1 e 2-2), é a seguinte: o adolescente e adulto com este desenvolvimento perante o quotidiano mais ou menos adverso, “(...) *evidencia uma estrutura do ego já bem ajustada mas não quer dizer que impeça novas experiências e novos valores. Evita a imprudência de descontrolo sem assumir as contenções do hipercontrolado; ele tem uma direcção interna aceitando a responsabilidade e é tão respeitado pelos pais como pelos seus pares*” (Block 1971).

2) Relativamente à relação entre a descrição B5 e a de Block, associada ao tipo resiliente, apresentamos 2 Figuras que visualmente a sumariza (Figuras 2-1, 2-2). Na Figura 2-1, verificamos que o egoresiliente (Tipo 1) tem um nível alto nas 5 dimensões; verifica-se que, dos outros dois extremos de funcionalidade não resiliente (com má recuperação perante a situação difícil) o hipercontrolado (Tipo 2) é amável, sendo introvertido e emocionalmente não estável e tem um valor médio nas dimensões da abertura e consciência (resolução de problemas); relativamente ao não resiliente T3, hipocontrolado, parece ser extrovertido e medianamente aberto, mas não amável e consciente. A Figura 2-2 sublinha alguma variação cultural, mas uma distribuição semelhante dos 3 tipos de funcionalidade¹⁰⁸ (T1, T2 e T3), analisadas em função das duas dinâmicas de Block, a egoresiliência e o egocontrolo (Robins *et al.*, 1996).

Passamos a uma descrição rápida dos protótipos T2 e T3 (também já expressa por 6 dezenas de indicadores no Quadro 2-1). Segundo J. Block (1971), na amostra masculina dos 13 aos 35 anos, temos, por exemplo:

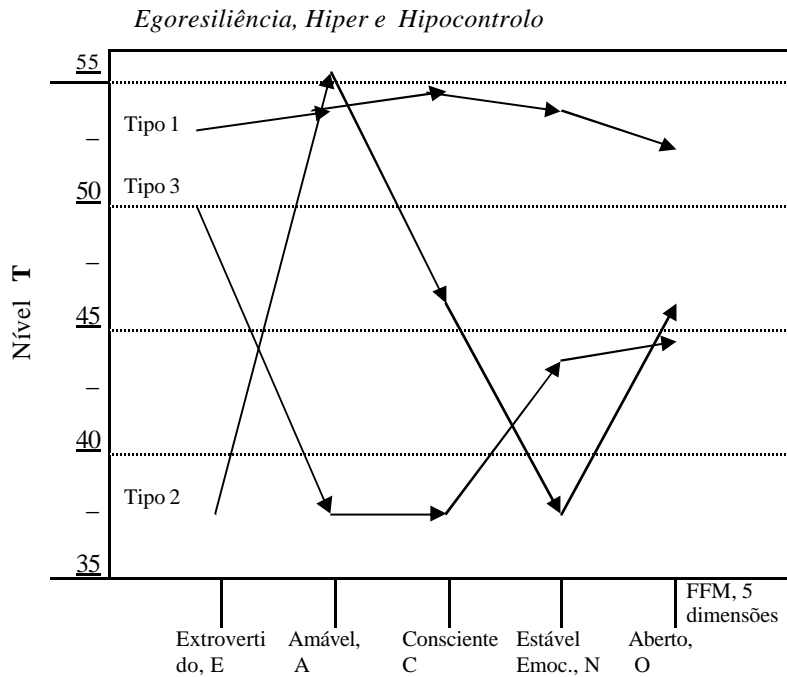
Tipo 2- Vulnerável e Supercontrolado de Block

Assemelha-se ao tipo hipercontrolado. Block descreve estes indivíduos como “(...) altamente constrangidos, tensos e pessoas difíceis. São muito introvertidos por causa do seu desconforto com as outras pessoas, o que causa uma atracção positiva ou tendência para uma vida interior. São passivos e frágeis, esperando experiências medrosamente mais do que com optimismo e curiosidade” (Block, 1971);

Tipo 3- Hipocontrolado, Instável, Agitado

É descrito como rebelde, palrador, hostil, irritável, descontrolado e com falta de simpatia e afectividade (falta de ‘calor’). Block descreve tipicamente o rapaz deste tipo: “(...) A sua atitude é flutuante porque é impulsivo. Ele é extrovertido, intenso, dominante. Ele não pode ser amável, simpático, por causa das suas pequenas independências e fortuitas desconsiderações” (*idem*).

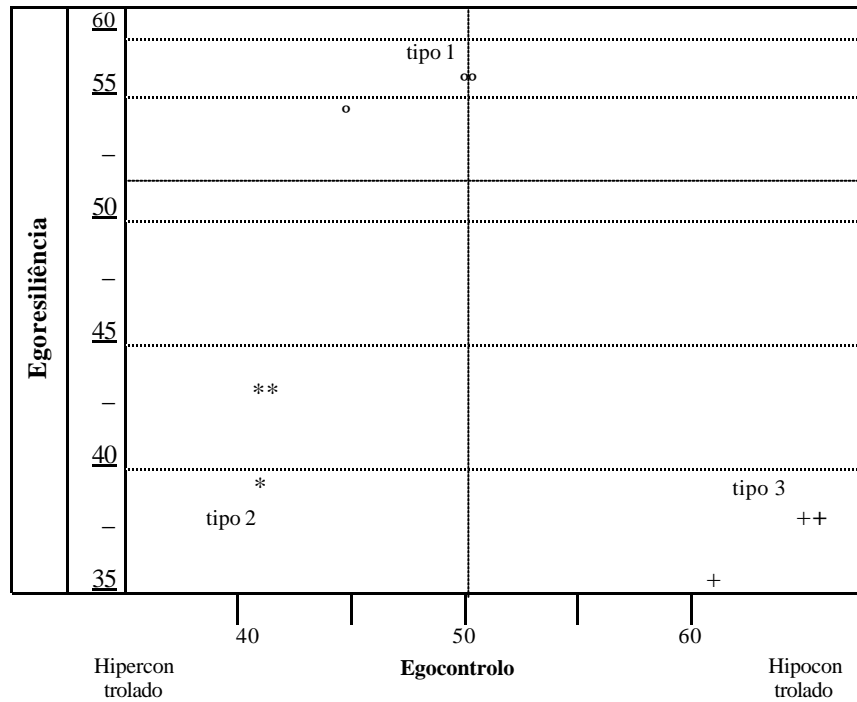
Figura 2-1: Aproximação B5 e de Block relativa aos 3 tipos de funcionalidade humana replicáveis



legenda 2-1: Perfis do FFM de 3 tipos de personalidade de adolescentes. Tipo 1, resiliente; Tipo 2, hipercontrolado; Tipo 3, hipocontrolado. Médias dos diferentes tipos de funcionalidade.

(fonte: Robins *et.al.*,1996)

Figura 2-2: Nível de egoresiliência e egocontrole nos 3 tipos de funcionalidade humana, culturalmente diferenciada: *Resiliente, Hiper e Hipocontrolado*



legenda 2-2: Tipos de personalidade função da egoresiliência e do egocontrole (in nível T), separadamente por Africano-Americanos (indicados por 2 símbolos) e Caucasianos (indicados por 1 símbolo). Tipo 1 resiliente; tipo 2 hipercontrolado; tipo 3 hipocontrolado. (fonte: Robins *et.al.*,1996).

Nestas duas descrições (T2 e T3) verifica-se uma difícil recuperação perante uma situação árdua (ver *e.g.*: sublinhados, acima referidos; item (78) e (95) no Quadro 2-1;).

3) Passando ao panorama da continuidade/descontinuidade do desenvolvimento, avaliado através da descrição de características do indivíduo ao longo da vida e da construção da resiliência, diríamos que os conceitos são polémicos, mas não vamos deixar de reflectir sobre alguns ângulos (Quadro 2-2 resume a replicação de funcionalidades em diferentes níveis etários).

Num primeiro registo e que sublinhamos, deixamos aqui conclusões da investigação e revisão de literatura de Caspi e colaboradores (1996), que incidem sobre a replicação, em diferentes níveis etários, dos dois extremos de funcionalidade e o funcionamento óptimo (Staudinger *et al.*, 1995), o resiliente (Quadro 2-2 mas também Figura 2-1, 2-2).

Block, por seu lado, propõe (já em 1971) diferentes tipos de desenvolvimento da personalidade, com ou sem a manutenção da descrição. Por outro lado e dentro da psicologia do desenvolvimento, a preocupação com a definição e o desenvolvimento da personalidade tem sido também a de Caspi e colaboradores. São, *e.g.*, autores do estudo longitudinal e prospectivo realizado em toda uma população da localidade de Dunedin, nascida em 1973, avaliada pela 1.^a vez em 1975 (ver Quadro 2-3) e, pela última vez, em 1995, (Caspi, 2000). Questionam a referida continuidade do funcionamento individual e, apesar de não esperada, sublinham-na (Caspi, 2000).

Quadro 2-2:

Generalização de 3 tipos de funcionalidade em diferentes níveis etários

Comparação dos 3 tipos Em diferentes estudos	Caspi e Silva, 1995	Robins, Caspi <i>et al.</i> , 1996	Block, 1971	York e John, 1992
Tipos de personalidade Tipo 1 Tipo 2 Tipo 3	Bem-ajustado Inibido Hipocontrolado	Resilientes Hipercontrolados Hipocontrolados	Egoresilientes Vulnerável Hipercontrolado Agitado Hipocontrolado	Individualista Tradicional Conflituoso
Idade	3 anos	12-13 anos	13 e 35 anos	43 anos
População	Predominantemente branca	negra e branca	Predominantemente branca	Predominantemente branca
Universo	1024 raparigas e rapazes	300 rapazes	84 rapazes e homens	103 mulheres
região	Nova Zelândia	Pittsburgh	São Francisco	São Francisco
tempo	1972-1973	Fim dos anos 70	Anos 20	1937-1939
instrumentos de avaliação*	Observação do comportamento	CCQ-set	CAQ-set	CAQ-set
conclusão	Grupos replicados	Factores Q replicados	Factores Q (ao longo de 2 períodos temporais)	Factores Q replicados

* Excepto na 1.ª coluna, todos os outros trabalhos utilizam os instrumentos de avaliação de Block (criança- CCQ-set; adulto CAQ-set); factores Q/ protótipos/classe Q, conjunto de indivíduos que têm o mesmo perfil de desenvolvimento.

Fonte: adaptado de Robins e colaboradores, 1996

A par com este trabalho, a investigação de Caspi e colaboradores pretende simultaneamente cruzar-se com a de Block que teoricamente contém em si factores dinâmicos do desenvolvimento (a dimensão da egoresiliência e do egocontrolo). Na resposta à questão do número de categorias descritoras do funcionamento das crianças (avaliando-as dos 12-13 anos), Robins e Caspi (1994) encontraram uma definição imprecisa de 5 ou 7 factores: as dimensões do B5, bem como a irritabilidade e a actividade. Outros apresentam um trabalho idêntico numa população dos 3-17 anos (divididos em 3 grupos) encontrando as 5 dimensões do B5, da actividade motora e da dependência (Lieshout *et al.*, 1994). Hagekull (1994) realiza um estudo dos 4 meses aos 4 anos, verificando uma notória variação de dimensões possíveis de registar, nomeadamente nos indicadores de sociabilidade e timidez assinalados em 1.1.2. Aos 4 anos regista a actividade, a timidez, a sociabilidade, a impulsividade e a emocionalidade, mas também

uma dinâmica resultante da descrição do bebé e de outros indicadores, nomeadamente da força do ego/eficácia associado à investigação de Block. No 10.º anexo encontra-se uma análise dos dados e a inferência de dimensões associadas ao B5. A revisão de literatura de Pedroso de Lima (1997), lembrando que a observação e descrição é realizada pelo adulto, parece sugerir uma menor nitidez na definição de dimensões nestes níveis etários mais baixos, relativamente ao sucesso da aplicação do B5 a uma população de maior idade. Com o trabalho destes e outros investigadores, pode-se perspectivar a tal nebulosidade da descrição em B5 para um nível etário baixo, mas em mais velhos também possibilita a relação da descrição nas 5 dimensões e a dos 3 tipos de funcionalidade de Block replicáveis (Figura 2-1), sugerindo, por exemplo, *“(...) que a resiliência representa a combinação dos pólos bem ajustados de todas as 5 dimensões do B5”* (Robins e Caspi, 1996) e permite a visualização do grau dos constructos dinâmicos nestes 3 tipos de funcionalidades, como anteriormente foi realçado (Figuras 2-1, 2-2).

Estes são alguns aspectos que ilustram a utilidade do B5/FFM para a identificação das semelhanças empíricas entre diferentes constructos. *“A constelação única da definição de traços de um indivíduo tem importantes consequências, para um largo conjunto de resultados”* (Robins *et al.*, 1996). A descrição da personalidade com a aproximação FFM, hoje de maior consenso, talvez traduza alguma estrutura dinâmica de adaptação, que Block teorizou e avaliou.

A investigação com aplicação de FFM a uma grande diversidade de campos é extensa e útil (Pedroso de Lima, 1997). Relativamente à resiliência, vamos enunciá-la pondo questões e fazendo leituras em 4 pontos (A-D). Na leitura da resiliência do adolescente, este é descrito como *“(...) capaz de reserva e controlo perante exigências, parece adequadamente autoconfiante e tende a lidar com as tarefas difíceis, mas não se torna excessivamente perturbado se estas são bastante difíceis.”* (Caspi, 1995). Esta descrição também acontece no jovem adulto e noutros níveis etários (Quadro 2-2). Na criança observada aos 3 anos (Quadro 2-3), pode-se verificar a autoconfiança, a tranquilidade, mas também a existência de uma rápida reacção, de uma boa atenção, pouca ou nenhuma preocupação aquando a sua separação de pessoas ou situações, a que Caspi (2000) associou um comportamento resiliente. Também foram encontrados, aos 3 anos, outros graus de adaptação bem diferentes. Isto sugere que, ao longo da vida, existem 3 funcionamentos replicáveis (Quadro 2-2). Assim,

Quadro 2-3: Parte do perfil da criança bem-ajustada, inibida e conflituosa (Caspi, 2000)¹⁰⁹

Item	Descrição
<i>Necessidade de atenção</i> ⊗	Necessidade constante de atenção ou ajuda.
<i>Atenção flutuante</i> ⊗	Falta de concentração, pouca atenção para as tarefas.
<i>Autocrítico</i> ⊗	Falta de autoconfiança no desempenho de novas tarefas.
<i>Evitamento das tarefas</i> ⊗	Recusa em continuar ou tentar desempenhar tarefas aparentemente difíceis.
<i>Passividade</i> ⊗	Comportamento plácido e vagaroso, com movimentos infrequentes.
<i>Comunicação limitada</i> ⊗	Respostas verbais limitadas, relativa ausência de iniciações verbais.
<i>Medroso</i> ⊗	Excessivo desconforto e receio que interferem com o desempenho das tarefas de avaliação.
<i>Perturbado por estranhos</i> ⊗	Muito colado à mãe, incapacidade de se separar dela, mesmo com garantias de que ela não se vai embora.
<i>Monotonia do afecto</i> ⊗	Relativa atonia emocional, resposta semelhante a todo o tipo de actividades.
<i>Envergonhado</i> ⊗	Comportamento social insensível e retraído.
<i>Maleável</i> ⊗	Passividade e submissão às exigências do examinador e da situação de teste.
<i>Separação fácil</i> ♣	Pouca ou nenhuma preocupação em relação a uma nova pessoa ou situação.
<i>Autoconfiante</i> ♣	Brio nos desempenhos e prontidão para procurar resolver as tarefas propostas.
<i>Rápido ajuste</i> ♣	Ausência de ponderação numa situação nova.
<i>Amável</i> ♣	Extremamente acessível na interacção social.
<i>Autosuficiente</i> ♣	Confiança e envolvimento explícito no material de teste.
<i>Voluntarioso</i> Δ	Extremamente assertivo, duro, comportamento agressivo sem contenção.
<i>Impulsivo</i> Δ	Explosivo, com falta de controlo sobre o comportamento.
<i>Falta de persistência</i> Δ	Pouco esforço para alcançar objectivos, incapacidade para conservar na mente um objectivo ou problema.
<i>Negativismo</i> Δ	Resistência às orientações ou às exigências da situação ou do examinador.
<i>Agitado</i> Δ	Reactividade excessiva, incapacidade de se manter sentado.
<i>Emocionalmente instável</i> Δ	Instabilidade extrema e reactividade excessiva em termos de respostas emocionais.

Legenda 2-3: *S* indica Tipo 1, resiliente/bem-ajustado; *Ä* Tipo 2, hipercontrolado/inibido; *D* Tipo 3, hipocontrolado/conflituoso

A) diríamos que o ser biológico é complexo, mas a sua dinâmica só é permitida dentro de limites muito rigorosos, como Damásio lembra. Na sua actividade, a vivência espontânea da complexidade *do choque e recuperação* fisiológico são contribuições preciosas para a *unidade* do ser que se vai construindo (Damásio, 2000). Geneticamente e desde a sua concepção, o ser saudável tem estas possibilidades pois o *kit* de sobrevivência assim o permite (para nós e os outros animais). No humano existe uma panóplia de respostas e sensibilidades que, no seu conjunto, levam a um grau de adaptação individual. O manter saudavelmente em acção esta ‘panóplia de sensibilidades e respostas’ é o que entendemos por resiliência, baseando-nos em Ralha-Simões (2001). No entanto, num ser

acabado de ser concebido, temos uma menor complexidade (inicialmente biológica) em relação à apresentada passados nove meses. Após o nascimento, a descrição da complexidade enriquece-se. Aos 3 anos, esta adaptação foi mais conseguida no resiliente. Portanto, também é possibilitada geneticamente;

B) fruto de um importante significado social, vimos que o orgulho, a vergonha, e a consciência aparecem em todo o humano saudável, mas em momentos diferentes. O choque, a recuperação, a manutenção continuam a ser fortes factores e constantemente importantes para a complexidade da adaptação. A sua descrição através do FFM, por seu lado, parece ser mais nebulosa na criança do que no adulto (Pedroso Lima, 1997; Halverson, 1994), parecendo também acontecer com o autoconhecimento (Fontaine, 1991a,b). Aponta-se para uma nebulosidade que na interacção saudável se vai diferenciando e hierarquizando, portanto com resiliência, mas é concomitante com uma limitação do calendário de maturação da expressão humana;

C) diríamos que a resiliência humana é possibilitada geneticamente; é limitada pelo calendário de maturação; é mediada socialmente; e é concretizada psicologicamente;

D) Miranda Santos diz que não somos seres sociais mas seres que têm a possibilidade de se socializar. Grotberg trabalha em educação, e, portanto, entende que não nascemos todos resilientes mas temos a possibilidade de o vir a ser, educando esta capacidade universal, como refere, embora a recuperação seja difícil, pois a afectividade, a restante expressão pessoal e a interacção com a resiliência da envolvente podem ser reactivas, evocativas ou pró-activas (Caspi, 2000) e nem sempre se traduzem numa óptima/resiliente equilíbrio com socialização. Portanto, a expressão pessoal e a sua manutenção saudável, a resiliência humana, vão-se construindo, de um modo único mas categorizável.

A investigação de Block de Costa e McCrae e de Caspi deram-nos a possibilidade de compreender vertentes do conceito de resiliência, possibilitaram-nos fazer uma leitura da personalidade ao longo do tempo em diferentes ângulos. Aponta-se para uma menor nitidez da descrição do B5 na criança e pudemos analisar algo do que é possível avaliar em diferentes níveis etários, verificando algum registo da complexidade do *impacto, recuperação, manutenção e crescimento*. Deu-nos oportunidade da perspetivação teórica quanto a constructos associados à resiliência e a alguma da sua complexidade.

2.3 Construção do Nosso Modelo e Dimensões

2.3.1 Compromisso social: análise comparativa e nova urgência

O modelo da personalidade *hardy* é o mais procurado no mundo científico no domínio da resiliência (Albuquerque, Tavares, 1999). Em cerca de 200 estudos que utilizam o conceito de resiliência, 12% trabalham com o constructo *hardy* (de 1981-1997¹¹⁰). Actualmente a egoresiliência começa a surgir com muita intensidade na reflexão científica e na sua aplicação (*e.g.*, utilizando-se parte dos 100 itens de Block).

Porque nos vamos basear nas dimensões de *hardiness* de Kobasa (1982) com extensão no campo da interacção social, nesta introdução vamos **A)** comparar modelos, traçando algumas linhas entre o modelo de Kobasa (1982,1983) e o de Antonovsky (1974,1983); **B)** analisar o compromisso social em diferentes investigações; e **C)** sublinhar a necessidade de um novo modelo: multidimensional e dinâmico.

A) No modelo de saúde de Antonovsky (1974), as pessoas com sentido de coerência são o mais importante factor na resistência ao *stress*. Neste modelo, o Sentido Interno de Coerência (SIC) é uma orientação global que define a capacidade com a qual um indivíduo, de uma robustez e dinâmica de pensamento e uma sentida confiança, encara as exigências que o rodeiam. Quando Kobasa (1983) fundamenta e discute resultados do seu modelo compara-o com outros, nomeadamente com o de Antonovsky (1974). Verifica-se que:

- Kobasa e Antonovsky estão originalmente interessados no modo como as pessoas ficam saudáveis, mais do que ficar doentes, na presença do *stress*.
- Também os dois investigadores depositam as características multifacetadas da personalidade no centro do seu modelo: 8 (actualmente 3 dimensões)¹¹¹ em SIC (Nunes, 1998), e 3 dimensões em *hardiness* (desafio, compromisso e controlo).
- Finalmente os dois conceitos, *hardiness* e SIC, põem a ênfase na interacção da personalidade forçando uma aproximação ao contexto social.

A diferença mais notável é a ênfase no desafio, no dizer de Kobasa (1979). Enquanto Kobasa aposta no desafio como uma das dimensões, Antonovsky procura uma diminuição de entropia, uma maior organização, como a 1.^a investigadora refere (1979,1983). No entanto, pode-se observar que, em SIC, ao analisar-se a definição dos 3 domínios do

instrumento de medida, *compreensão, gestão e investimento*, só o primeiro está associado à diminuição de entropia. O último, o investimento, é descrito por uma capacidade do indivíduo persistente e confiante, que entende as exigências internas e externas como desafio (que catalisa o investimento e empenho do indivíduo). Nos enunciados dos domínios verifica-se que há uma aposta, um desafio, a que está associada uma emoção positiva: sentir-se bem e/ou com entusiasmo.

Como Kobasa refere, *hardiness* e SIC são modos pelos quais a pessoa reconhece e actua no seu meio, sendo a avaliação em SIC não só do compromisso consigo próprio, mas também com os outros “(...) *no trabalho, família, relação interpessoal e instituições*” (Kobasa, 1983). Esta era também a inicial perspectiva de Kobasa (1979), mas, na aplicação a quadros de empresas, a definição restringe-se ao envolvimento/compromisso consigo próprio e no trabalho (1982).

B) Vamos reflectir sobre a componente social, considerada em diferentes abordagens: (Kobasa, Bandura, Antonovsky, Grotberg, Block) e os respectivos conceitos chave: *hardiness*, auto-eficácia percebida, sentido interno de coerência, linguagem resiliente, egoresiliência. Diríamos que a pessoa *hardiness* e a crença na auto-eficácia são constructos com alguma componente social mais implícita. Antonovsky, Grotberg e Block propõem constructos mais holísticos, incluindo explicitamente, na sua avaliação, a competência social.

Como vimos, Kobasa e colaboradores (1982 b) definem *hardiness* por 3 dimensões, desafio, compromisso e controlo, e 5 categorias (uma com peso duplo), segurança, compromisso consigo e com o trabalho, *locus* de controlo e poder/domínio. Esta investigadora desde sempre cita Antonovsky bem como Moss (1973). Referindo-se à investigação deste último, sublinha que este autor tenta integrar no seu modelo de saúde resultados da história do *stress* pessoal e “(...) *Moss confia extensivamente no conceito não distinto da componente do compromisso de hardiness: é a falta de integração da pessoa no meio sociocultural* [o sublinhado é nosso] *que orienta ele e ela insuficientemente face às condições de stress*” (Kobasa, 1983). A compreensão (emocionalmente diversificada) do que o rodeia, principalmente em situações sentidas como difíceis, pode ser trabalhada na perspectiva de tratamento de informação, sendo mais ou menos compreensível, incorrecta, ineficaz, o que “(...) *pode impedir as pessoas de prosseguir as suas intenções no mundo social*” (Kobasa, 1983). Continuando e lembrando Moss, considera que os que ficam pouco saudáveis provavelmente ficaram alienados socialmente o “(...) *que claramente está*

relacionado com a componente do compromisso de hardiness (/vs alienação)” (Kobasa, 1983).

Apesar da fundamentação de Kobasa (1979) incluir, neste novo conceito, a interacção social, posteriormente à recolha empírica de dados e definição mais concisa do constructo, a operacionalização não contém uma dimensão explícita de interacção social para lá do específico compromisso no trabalho. Kobasa e colaboradores trabalham *hardiness* como um núcleo da personalidade aplicando-o com outros recursos pessoais de resistência. Em 1981 e 1982 (1982c) estudam-no com a contribuição, respectivamente, da constituição física e do exercício físico. Em 1982 (1982a,c) e 1983 questionam o aspecto social: uma sua relação com os recursos que minimizam os efeitos de situações difíceis. Fazem alguma revisão de literatura sobre a existência de uma lista de variáveis que tinham demonstrado um impacto moderador nos sintomas de doença, como, por exemplo, a constituição física (genética e funcionamento imunitário); os recursos sociais (estado civil e estabilidade monetária); e características psicológicas (sensação de esforço e a falta de padrão de comportamento de tipo A). Por outro lado, os efeitos dos recursos sociais parecem ser questionáveis. A fundamentação de Kobasa (1982) para a construção da sua medida de *hardiness* é bastante abrangente, também neste sentido, e por isso esta vertente está implícita, mas em 1983 propõe-se estudar efeitos sociais concomitantes com o seu conceito: 1) na empresa, o suporte percebido do superior hierárquico; 2) o suporte familiar percebido, e 3) o que intitula de utilidade social. Os resultados sugerem um efeito positivo, de 1); negativo, de 2)¹¹², quando o nível de *hardiness* é baixo; e o 3.º componente social estudado não obtém efeito especial. Utilizando assim o conceito *hardy* e outros recursos no campo social, esta investigação sublinha a existência de efeitos múltiplos e opostos (Kobasa, 1983).

D) Necessidade de um modelo multidimensional e dinâmico.

A aplicação dos instrumentos de avaliação de Kobasa (1982) apontam para um constructo de um 1.º e único factor que é *hardiness* (global e com 3 dimensões), que não inclui a habilidade social, mas tem em conta principalmente o compromisso profissional e consigo próprio (e o desafio e controlo), como tem sido lembrado.

Acompanhado de outros constructos, aplicam-no na avaliação do impacto da situação difícil. Em 1983 reflecte que, associado ao factor da personalidade *hardy*, o suporte social e mesmo o *coping* transformacional (*coping* pró-activo) “(...) *não explicam completamente como algumas pessoas podem continuar saudáveis face a situações de stress quotidianas*”.

Por outro lado, no contexto do início dos anos 80, Kobasa e outros consideram os modelos de saúde/doença de Moss (1973) e o de Antonovsky (1979), como os 2 melhores (Kobasa 1979, 1982). Comparam os resultados da sua investigação com estes 2 modelos, mas orientam a reflexão final para o facto de ser necessário um modelo de saúde que deve incluir outros recursos de resistência, como diversas práticas ‘saudáveis’ (exercício físico, dieta), peso genético (história médica familiar e função imunológica) “(...) e outros factores psicossociais e sociais não cobertos neste artigo” (Kobasa, 1982). Kobasa e colaboradores sublinham a necessidade de obtenção de um modelo de saúde, que designam como multidimensional, para a investigação em *stress*, resistência e saúde, como sugerem.

Ora, a avaliação multidimensional era difícil nessa altura (Cowan e Cowan, 1996), o que talvez tenha ‘forçado’ a emergência de um núcleo da personalidade mais restrito, não podendo incluir, tanto quanto a fundamentação e a lista de escalas de avaliação utilizadas em 1979 pareciam querer indicar. Em 1979 há, por exemplo, diversas escalas que são deixadas cair posteriormente, como a de compromissos noutras comunidades sociais (mas não de habilidade social); a de flexibilidade/tolerância cognitiva; a escala da consistência de papel; e a de experiências interessantes/criatividade.

Por outro lado, o modelo de *hardiness* não avalia uma dinâmica. Hoje em dia, para a avaliação da egoresiliência e do egocontrolo, são utilizadas partes dos 100 itens do método Q-sort da avaliação de Block, sendo portanto necessário um novo modelo mais complexo, holístico e dinâmico.

2.3.2 Modelo Dinâmico de Saúde Quotidiana e classificação em resiliência

Relembramos alguns aspectos reflectidos na abordagem teórica. A nossa definição de resiliência, orientadora do trabalho, “*é a capacidade universal que permite a uma pessoa, grupo ou comunidade prevenir, dominar ou otimizar a adversidade, desafiando-a*” (Tavares e Albuquerque, 1998). Também nos posicionamos numa articulação futura, podendo vir a ter boas perspectivas, entre a linguagem da neurociência e a do funcionamento psicológico. Assim (abrangendo uma óptica de evolução das espécies), a investigação de Damásio (e.g., 1998, 2000, 2003a) fornece um suporte que nos parece muito importante para a recuperação complexa do humano com respostas e regulações automáticas, mas também conscientes.

Também consideramos que, ao longo da vida e na interpretação de processos, a utilização do controlo 1.º e do 2.º (Heckhausen e Shultz, 1995) realça e aponta complexidades, e a linguagem resiliente (Grotberg, 1995) bem como a articulação das dimensões [neocategorias] de *hardiness* (incluindo a nossa versão do Compromisso social) clarificam processos e a possibilidade do enriquecimento da resiliência do “eu sou”.

Mas, foi para nós de um grande realce a chamada de atenção de Eisenberg e colaboradores (2000). Ao proporem um modelo longitudinal da emoção, regulação e resiliência para a predição da competência social, referem que, no estudo de orientação interpessoal, “(...) *a teoria de Block e Block e o constructo da egoresiliência são importantes, pois este último é um recurso de adaptação para a variação de circunstâncias e a capacidade do ajuste entre as exigências e a funcionalidade humana (na variação de contextos ou de stress e na dificuldade da recuperação de experiências traumáticas), sendo um reflexo da flexibilidade e do seu uso, cuja definição deve incluir o campo social, pessoal e cognitivo*” (Eisenberg *et al.*, 2000); bem como, “(...) *O grau individual de regulação do controlo indubitavelmente contribui para a resiliência, mas esta pode ser influenciada por outros factores (...) Em muitos estudos, a operacionalização da recuperação do eu reflecte e evidencia a sua hardiness bem como a flexibilidade mas não directamente a competência social*” (*idem*, o sublinhado é nosso).

Após esta introdução (ver também o resumo da fundamentação do modelo, bem como ao Esquema 1 que lhe foi associado), vamos enunciar o nosso modelo de saúde abrangendo a dinâmica do impacto quotidiano e o resumo da operacionalização em resiliência. Assim, tendo em atenção o modelo de *hardiness* (Kobasa, 1982), a diferenciação de conceitos assinalada por Ralha-Simões (2001) e Foster (1997), considerando também a natureza da resiliência, sumariando o enquadramento genético, a limitação do calendário de maturação, a mediação social e cultural e a expressão psicológica da resiliência, bem como o papel das emoções positivas e negativas, nomeadamente a duração e intensidade dos processos complexos do medo que permanecem por serem úteis (Damásio, 2000), a construção ecológica (Bronfenbrenner, 1999) por ciclos e reciclos na complexidade dos processos no humano (Rutter *et al.*, 1992), realçando as Figuras 1-1, 1-5, 1-2 e 1-3 (conteúdo: construção do ser humano, níveis de regulação vital, impacto, superfície *hardiness/helplessness*), **o modelo dinâmico de Saúde** que contempla o papel da adversidade quotidiana e que parece aglutinar também as condições significativamente favoráveis é o seguinte: no seu quotidiano, o ser psicológico, na interacção com a

envolvente, tem a possibilidade de se construir e promover a própria saúde, tendo o impacto uma função importante, nomeadamente o tornar significativo, e portanto mais ou menos consciente, a manutenção de uma acção saudável concomitante com o seu desenvolvimento diferencial e ecológico. No impacto, com a recuperação (ou não), a estrutura de resiliência de complexidade psicológica tem também a possibilidade de fazer um balanço para a manutenção ou crescimento, mantendo o humano activo perante a envolvente e, segundo Miranda Santos (2004), em processos complexos e dinâmicos, de passado físico e biológico, e de futuro de expressão pessoal.

Face a estes pressupostos, à teoria de Kobasa sobre *hardiness* e suas dimensões, e à teoria de Grotberg sobre a capacidade humana da resiliência, que diz ser universal, e a respectiva “linguagem de saúde”, considerámos a resiliência do jovem adulto, para além de uma capacidade, talvez como um núcleo do desenvolvimento, com uma estrutura (compósita) complexa e dinâmica avaliada em três dimensões (**Desafio, Compromisso e Controlo**) e expressa/reflectida eficazmente em três campos (Eu Tenho, Eu Sou e Eu Posso).

A partir do trabalho da 2.^a fase da investigação, pudemos construir a operacionalização de um constructo que, baseado nas 3 dimensões de Kobasa/Ouellette (critério externo) assinala o modo como é sentido, como é significativo o impacto quotidiano (critério interno). Foram assim escolhidos e ponderados os indicadores, de modo a obter uma operacionalização *crítica* que, na prática, significativamente diferencie níveis, neste caso, de resiliência, de “competência e saúde mental”. Assim, na articulação da teoria e prática, os 3 Quadros seguintes, Quadro Ia, Quadro Ib e Quadro Ic, esquematizam sucintamente a definição encontrada para o constructo em estudo e a respectiva operacionalização da classificação em resiliência. Com estes Quadros (respectivas legendas e notas), a avaliação encontra-se explícita, mas, de um modo mais extenso, será abordada na “Operacionalização da Classificação em Resiliência”, 2.4. Note-se que, na abordagem do compromisso social (1.3), já foi reflectido teoricamente que o humano é sociável (e não social). É muito bem dotado, está preparado, como outros seres sociais, para o outro ter um papel essencial, mostrando-se inicialmente autocentrado. Mas a descentralidade é possível e humanizante, como a investigação tem indicado, e, por esta razão, propomos que a resiliência humana a incorpore¹¹³. Nesta 2.^a fase do estudo, a descentralidade, dentro da flexibilidade, mostrou-se um importante indicador na resiliência quotidiana do jovem adulto, portanto um indicador significativo e crítico (diferenciador).

É altamente resiliente o indivíduo que, no campo Eu Sou e Eu Posso, se apercebe da envolvente desafiante com entusiasmo, mais do que com receio, concretamente se descentraliza e muda, pois o seu grau de flexibilidade, o permite, se envolve consigo e com os outros em diferentes actividades, e actua confiante pois controla a situação adversa com independência, sentindo-se responsável pela sua história, dominando-se emocionalmente. Os factores de significado dominante para o indivíduo relacionam-se com o tipo de resiliência¹¹⁴ daquele indivíduo concreto, naquele contexto e com determinada história. Para esse levantamento, no instrumento de avaliação em RESiliência que designámos por **RES** fizemos uma 2.ª e 3.ª solicitações (a abordar na apresentação dos instrumentos (3.2.2)). A descrição obtida pretende fazer uma leitura sobre uma resiliência construída e uma possível justificação de processos dum determinado resiliente quando associado à comparação de questionários RES (Compquest.), por si realizada.

Segundo a experiência de Grotberg, o indivíduo passa da utilização dos factores exteriores a si, no Eu Tenho, para as suas próprias competências e habilidades sociais e de resolução de problemas, Eu Posso, construindo e enriquecendo o Eu Sou, fortalecendo as suas sensibilidades, atitudes, crenças e outras forças interiores. Portanto, quanto menos utilizar os factores exteriores a si, no Eu Tenho, maior será o seu nível de resiliência. Por esta razão, das suas características, no questionário se pede para serem assinaladas as mais utilizadas numa situação adversa, 3.ª solicitação. A sua orientação social e interpessoal tornar-se-lhe-á mais clara e clarificante, propondo-se modificar ou acentuar determinados aspectos do seu Eu Posso.

Na avaliação, as categorias resultantes da análise de conteúdo terão as designações que passaremos a expor. Itens: leque de categorias na avaliação directa (interna) dos registos de cada elemento das populações trabalhadas. Foram sublinhados 40; indicadores: designação do agrupamento dos itens definidores de cada subdimensão do modelo (externa). No Quadro Ic, mas abordado mais extensivamente em 2.4.1, podemos ver que três das subdimensões têm menos indicadores e, as outras três, são definidas por 6 indicadores. A cada indicador, de uma subdimensão, está associado um Máximo Nível i (MNi), correspondendo à respectiva contribuição para a avaliação, nessa subdimensão.

Assim, do anteriormente exposto, da análise bibliográfica, ligação e hierarquia entre conceitos (Ausubel, 1985), aplicação de instrumentos de avaliação, construção do modelo e concomitante avaliação, tem-se clarificado o constructo estudado.

Chegados pois à definição da classificação em resiliência, diríamos o seguinte: o nível de resiliência é função de três dimensões e três campos de funcionalidade, expostos por exemplo, no Quadro Ia, como acima foi descrito, tendo seis subdimensões registadas nos Quadros Ib e Ic (desafio, flexibilidade¹¹⁵, compromisso pessoal, compromisso social, *locus* de controlo e controlo emocional e de tarefa).

2.3.2.1 Tema principal de cada uma das três dimensões

As três dimensões são o **Desafio** em que, quase como Kobasa¹¹⁶, escolhemos o *mudar* como tema principal; o **Compromisso**, tendo, neste caso, optado por fazer uma adaptação a Kobasa, propondo, como fundamento dos indicadores, o sentir-se envolvido consigo e com os outros. Em termos gerais pareceu-nos possível associar ao compromisso o estado atingido e não tanto a acção¹¹⁷. Por esta razão, fizemos uma adaptação de Kobasa, não considerando, como esta investigadora, a actuação envolvida, mas os estados que nos parecem justificar um envolvimento positivo, mais ou menos profundo, consigo e com os outros. Associámos o conceito global de *se envolver*; o **Controlo** é entendido como um *actuar confiante*, como Kobasa. Nestas 3 dimensões vão ser consideradas também subdimensões: serão ao todo 6 (ver *e.g.*, Quadro Ib).

2.4 Operacionalização da Classificação em Resiliência

O Quadro Ic sumariamente exprime a nossa operacionalização da definição do nível de resiliência. Ele contém as 3 dimensões e as 6 subdimensões, mas também a desigual relevância (classificação externa, portanto ponderada) dos indicadores, concretizando a diferente contribuição dos indicadores para o nível de cada subdimensão. O Quadro Ic, em especial, mas também toda a restante operacionalização, foram bastante importantes para a fidelidade entre cotadores.

Quadro Ia
Definição / Relatório individual

RESILIÊNCIA			
dimensões \ nível	DESAFIO Muda	COMPROMISSO Envolve-se	CONTROLO Actua confiante
A alto	Aceita entusiasmado a mudança ou propõe-na com facilidade, descentralizando as suas metas.	É bastante activo perante os seus deveres e passatempos relacionando-se com facilidade e não deixa de se preocupar com o seu desenvolvimento possível. Está seguro de si e em sociedade.	Pode-se controlar com facilidade sem cair no desajuste do hipercontrolado, em que já não existe flexibilidade. Sente que tem controlo sobre as actividades que se propõe realizar, sentindo-se responsável pelos resultados positivos e negativos da sua actuação. Percebe os outros como um calor humano, mas não necessita de se apoiar neles para a sua realização.
M médio	Com cuidado, aceita uma maior flexibilidade ou trabalha para que haja alterações desejáveis no seu comportamento, enriquecendo-se.	Tem o seu tempo livre mais ou menos ocupado, podendo ou não ser preenchido por sua iniciativa, mas envolvendo-se em actividades, consigo próprio e/ou com os outros. Nem sempre prescinde da confirmação ou outro apoio social.	Nem sempre se sente responsável pelos acontecimentos que constituem a sua história. Normalmente é calmo mas por vezes o seu controlo deixa surgir uma impulsividade ou hipercontrolo. A opinião dos outros é muitas vezes importante para se decidir.
B baixo	Talvez a decisão não seja muito sua. Automaticamente opta pela segurança e prefere a protecção da rigidez do seu modo de estar. Quando é muito impulsivo arrisca. Não muda, pois a decisão praticamente não é sua.	Não é seguro de si assim como pode ter dificuldade na interacção social. Pode ter dificuldade em sair da sua inércia, que nem sempre é de preguiça.	Não se sente bem, pois não se domina nem domina a sua história. Se tem possibilidade de apoio social, aproveita-o, principalmente se este apoio envolve laços familiares ou de amizade bastante próximos.

Quadro Ib

DEFINIÇÃO, menos complexa, da CLASSIFICAÇÃO EM RESILIÊNCIA

TEMA Adaptação de Kobasa 1979 e Níveis/nível ¹	3 DIMENSÕES e 6 SUBDIMENSÕES	DESCRIÇÃO	
Muda	A-B A-B Desafio Flexibilidade/Abertura/ <i>Mudança</i>	Facilidade no lidar com a palavra “Desafio”. Efectiva acção descentralizada, adesão à mudança, à auto-aprendizagem construtiva, ao lado positivo do difícil, a ideais e à sensibilidade não complexa.	
Envolve-se	A-B A-B Compromisso Compromisso Pessoal Compromisso Social	Registo de uma segurança pessoal, auto-estima, optimismo, bem-estar activo, autoconhecimento, consciência de um significado construtivo especial. Segurança social: facilidade de inserção social, com extroversão, sem timidez social e sem isolamento. Menor segurança social: não isolamento e aceitação pelo outro com marcação da sua posição. E, o não isolamento: inserção com actividade social. O resultado da análise positiva é sempre referente só a estas 3 descrições (podendo ser enriquecido). A avaliação negativa, refere-se à falta de aceitação pelos outros e ao isolamento social	
Actua Confiante	A-B A-B Controlo <i>Locus</i> de controlo Controlo Emocional e de Tarefa	Interno e externo. Resolução da tarefa com autonomia, controlo emocional e social bem como acção facilitadora ² . Com avaliação negativa temos, a utilização do apoio dos outros (nas diferentes fases da acção, incluindo a reflexão com outros), ser complicada/o na acção, sofrendo, bem como ter outras actuações prejudiciais.	

<p>A Classificação em RES tem por base uma complexa e múltipla Manutenção da Acção significativa (interior e externa) nos 3 temas/domínios das dimensões.</p> <p>Existe uma articulação directa entre o nível de resiliência global e os parciais (por dimensão e por subdimensão).</p> <p>Construída a classificação por subdimensão (um resumo da sua operacionalização encontra-se na coluna seguinte nesta horizontal) obtém-se o correspondente valor para a classificação por dimensão (pela média da soma das 2 subdimensões), e, pelo mesmo processo de encontro da média da adição de todos os valores, obtém-se o nível/classificação de/em resiliência global.</p>	<p>Da análise de conteúdo regista-se a classificação interna de cada descrição que tem uma amplitude de {-6 a +6} ³ (classificação do item ‘sem ponderação’).</p> <p>São utilizados 40 itens (contendo também dados demográficos), mas a classificação é realizada com 27 indicadores (9 indicadores/dimensão, ver Quadro Ic ‘Definição da classificação em resiliência’).</p> <p>Em cada subdimensão a contribuição de cada indicador é diferenciada, por isso se designa por ‘ponderada’, cujo resumo se encontra no quadro seguinte, Quadro Ic (legendas e notas) essencialmente na respectiva <i>Legenda geral (nível obtido)</i>.</p>	<p>Item 33 + entrevistas do somatório do nível da falta de Actividade (item 14), da falta de Domínio (item 31) e da reflexão negativa (item 32), obtém-se o nível <i>helplessness/hardiness</i>, ou ânimo/entusiasmo ⁴.</p>
---	---	--

Legenda do Quadro Ib

¹ **A, M+, M, B+, B:** Escala de 5 níveis, aplicada à análise de conteúdo (ver também 5.^a horizontal da 3.^a coluna, “Descrição”). Esta aplicação não tem tradução directa, o que, de algum modo, está abaixo explícito na legenda geral do Quadro Ic “nível obtido: resumo sobre a operacionalização da classificação em resiliência”.

Para os gráficos da resiliência global, por dimensão e subdimensão, fez-se uma correspondência entre {(B) a (A)} e {0 a 2}. As 3 subdimensões, “Desafio”, “Compromisso social” e “Locus controlo interno”, têm descrições mais simples, com menos indicadores relativamente às outras 3 (ver Quadro Ic).

² Actividade de sua iniciativa com o fim de “espairecer”, de diminuir a tensão existente.

³ Intensidade do item (classificação interna, da autodescrição): 1- simples afirmação do item; 2- afirmação do item e considerado importante; 3- activação do item afirmado; 4 afirmação, activação e considerado importante; 5- a afirmação do item sendo considerado obstáculo; 6- directamente inferida a afirmação do item; -1- simples negação do item; -2- negação do item é considerada negativa; -3- activa muito a negação do item; -4- entende negativo e activa muito a negação do item; -5 considerada positiva (ou importante) a negação do item; -6- directamente inferida a negação do item.

Note-se também que, pela anterior descrição, a máxima intensidade, é, respectivamente, +4 e -4. Da descrição de 1 a 4 verifica-se um aumento progressivo da intensidade (o mesmo acontecendo para os valores negativos); no entanto, a descrição + 5 já corresponde a uma menor intensidade (também para -5).

Note-se que, na análise de conteúdo, a atribuição de + e - 6 refere-se ao modo como foi analisada (directamente inferida). (O nível obtido numa classificação inferida é sempre menor do que na situação da existência explícita de um registo de aplicação directa nesse mesmo item).

⁴ A expressão do ânimo está a ser trabalhada. Pretendemos encontrar um termo que corresponda ao nível global da resiliência individual. Inicialmente foi considerado “coincidente” com o grau da reflexão negativa (actual item n.º 32). Hoje parece-nos importante ser questionado, na parte final do instrumento RES e em Compquest.

Legenda geral do Quadro Ic

nível obtido: resumo sobre a operacionalização da classificação em resiliência

1.º- Classificação interna do item, não ponderada: escala {-6 a +6}

Realiza-se inicialmente uma classificação interna a partir da análise de todo o conteúdo. Faz-se a aplicação directa a cada item, utilizando a escala acima citada.

2.º- Classificação externa da autodescrição/no indicador, portanto ponderada: escala {B a A}

Para a análise de todo o conteúdo utiliza-se uma abertura de 40 itens, mas só 9 indicadores/dimensão correspondem aos diferentes níveis (importância/relevância) na classificação das 3 subdimensões (realçadas no Quadro Ic). Por outro lado, na transformação da avaliação não ponderada (na escala {-6 a +6}) para uma classificação ponderada (externa), esta última é concretizada considerando a contribuição de um máximo nível i (MNi) para cada indicador i da respectiva subdimensão. Numa aplicação, por exemplo, se se obtém o valor máximo, não ponderado (valor 4, portanto), no indicador em que o MN respectivo é M+, então, nesse indicador obtém-se o valor ponderado M+.

3.º- Classificação qualitativa externa de cada subdimensão: escala {B a A}

Ao fazer-se a avaliação de uma subdimensão, também nem todas as descrições nos indicadores são discriminantes. Numa classificação particular, a classificação obtida é função do valor relativo da contribuição de cada indicador que a descreve pois, e especificamente na avaliação de um sujeito, a avaliação dessa subdimensão depende só do valor máximo atribuído às diferentes descrições obtidas e correspondentes a essa subdimensão. Por exemplo (ver Quadro Ic), se um sujeito na subdimensão da flexibilidade obteve no indicador “descentralização efectiva” o valor M e na “preocupação com o autodesenvolvimento” obteve M+ (e outras descrições com menores ou iguais valores aos referidos), em flexibilidade o sujeito fica com a classificação ponderada M+.

4.º- Classificação externa e quantitativa, global, por dimensão e por subdimensão: escala {0 a 2}

A anterior qualificação qualitativa obtida por subdimensão {B; B+; M; M+; A} é transformada na escala {0; 0,5; 1; 1,5; 2}. Posteriormente, pelo encontro da média simples dos valores das 2 subdimensões, obtém-se a classificação por cada dimensão; e com o mesmo processo do encontro do valor médio, obtém-se o nível da resiliência global do sujeito.

(ver Quadro Ic, a restante exposição da operacionalização e resultante da sua aplicação, ver em anexo, por exemplo, Quadro IId: “Classificação prospectiva”).

Quadro 1c**DEFINIÇÃO DA CLASSIFICAÇÃO EM RESILIÊNCIA**

Nível obtido: indicadores auto-escolhidos bem como a intensidade da descrição. A cada indicador está associado um Máximo Nível i

Tema (adaptação Kobasa 79)	Dimensões	MÁXIMOS NÍVEIS i	DIMENSÃO DO DESAFIO	Observações
	Subdimensões	MN i	Indicadores descrição sucinta e/ou exemplos	
Muda	SUBDIMENSÃO <u>Desafio</u>	MN3 A	: <u>lida com entusiasmo com a palavra ‘desafio’</u> aceita o desafio em qualquer área; tem respeito, mas está sempre pronta(o).	Lidar com a palavra “desafio” Se é directamente inferido, o máximo nível terá o valor M
		MN2	: <u>aceita a palavra ‘desafio’</u> entende importante/gosta, mas tem respeito pelo desafio.	
		MN1 B	: <u>silencia a palavra ‘desafio’</u> ____(B)	
	SUBDIMENSÃO <u>Flexibilidade/abertura/mudança</u>	MN6 A	: <u>descentraliza-se efectivamente</u> descreve actividades que voluntariamente realiza para os outros	com autodesenvolvimento e descentralidade
		MN5 A	: <u>efectivamente muda</u> com determinado grau consciente e de auto-aprendizagem construtiva, descentraliza-se; altera atitudes.	“actividade descentralizada” MN5 [o nível depende da grandeza da descentralidade; se é consciente, e se o justifica]
		MN4 M+	: <u>procura e/ou aceita o positivo no difícil</u> mesmo perante o difícil é capaz de registar aspectos positivos; “dá a volta por cima”.	MN4, “ver o positivo no difícil”. É muitíssimo importante em resiliência, mas, se o indivíduo não é descentrado, o nível não é tão alto. Assim, o máximo nível para este indicador é M+.
		MN3 M+	: <u>preocupa-se com o autodesenvolvimento</u> consciencialização; descrição de auto-aprendizagem; reflexão.	
		MN2 B+	: <u>abertura a: religiões exigentes, ideais, outras perspectivas</u> registra ideais; mostra-se aberto(a) a outras perspectivas;	
		MN1 B(B+)	: <u>sem (com) sensibilidade</u> ____(B); (ou (B+), com registo de sensibilidade em diferentes áreas)	

Legenda do Quadro 1c: A actividade encontra-se avaliada em todas as três dimensões, estando mais explícita na actividade sublinhada na coluna das observações.

O valor máximo do nível atribuído, considerando as 3 dimensões em geral, decorre: da efectiva descentralização, da independência e orientação interpessoal (c/adequado controlo social), de um efectivo esforço construtivo e de uma mudança.

Ao descrever-se a hierarquia dos MNi's estamos simultaneamente a justificar o nível máximo dentro de cada subdimensão. O seu aparecimento facilitou-nos a atribuição do nível às descrições. Por vezes há maior riqueza na descrição de cada subdimensão, mas o nível é possibilitado pelos indicadores que, em RES, foram registados com maior relevo, por cada indivíduo.

Quadro 1c (cont)

DEFINIÇÃO DA CLASSIFICAÇÃO EM RESILIÊNCIA

Tema (adaptação de Kobasa 1979)	Dimensões	MÁXIMOS NÍVEIS MN i	DIMENSÃO DO COMPROMISSO Indicadores descrição sucinta e/ou exemplos	Observações
	Subdimensões			
Envolve-se	SUBDIMENSÃO <u>Compromisso Pessoal</u>	MN6	: <u>segurança pessoal</u> traduzido pela firmeza de atitudes e de convicções.	Compromisso pessoal A referência à auto-estima tem um enorme peso externo nesta avaliação. A segurança pessoal, associamo-la a um maior nível do que a auto-estima: a segurança pessoal exige uma efectiva resolução de problemas (se possível com resiliência). O compromisso consigo foi evidenciado por Kobasa (1979) MN3: bem-estar <u>activo</u> (não preguiçoso). Também com o máximo nível M temos o autoconhecimento. MN1: temos a falta de conhecimento com máximo nível B MN2: com Compquest/2.
		A		
		MN5	: <u>auto-estima</u> gosta de ser como é; gosta de si próprio; tem orgulho no que é; tem uma auto-estima razoável.	
		A		
		MN4	: <u>optimismo</u> (mesmo com o máximo nível, não obtém maior valor do que M+).	
		M+		
		MN3	: <u>bem-estar activo / com autoconhecimento</u> mostra-se activo e diz sentir-se bem; conhece-se bem.	
		M		
	SUBDIMENSÃO <u>Compromisso Social</u>	MN2	: <u>consciência saudável de significados</u> reflexão construtiva de factos ou situações sobre o seu quotidiano, na comparação de questionários.	Compromisso social Inserção social Segurança social: facilidade de inserção social com extroversão Menor segurança social: facilidade de inserção social sem timidez <i>Segurança - representação da inserção:</i> <i>os outros p^a comigo</i> <i>notas para o registo de: “média aceitação social” B+; “boa aceitação social” M+; “muito boa (...)”, A..</i> <i>Não isolamento: eu com os outros (actividade c/ pessoas: reflecte em grupo; vai ao café, etc).</i> <i>Perfil social</i> frontalidade ‘adequada’ (este último aspecto deve ser associado ao controlo social, MN4 do controlo emocional e de tarefa).
		B+		
		MN1	: <u>s/ autoconhecimento</u> sem registo sobre o conhecimento de si próprio(a) (“eu não me conheço”).	
		B		
		MN3	: <u>segurança social</u> descreve actividades com amigos e é extrovertida(o); é procurada(o) pelos amigos/ é conselheira(o); tem uma muito boa aceitação social.	
		A		
		MN2	: <u>menor segurança social</u> tem uma boa aceitação social; não se isola e é frontal (sem conflitos);	
		M+		
		MN1	: <u>não isolamento</u> descreve diferentes actividades com outras pessoas; sai com amigos; reflecte em grupo	
		M		

Quadro Ic (cont.)

DEFINIÇÃO DA CLASSIFICAÇÃO EM RESILIÊNCIA

Te ma (ada pta ção de Ko basa 79)	Dimensões	MÁXI- MOS NÍVEIS i	DIMENSÃO DO CONTROLO	Observações
	Subdimensões	MN i	Indicadores descrição sucinta e/ou exemplos	
Actua confiante	SUBDIMEN- SÃO <u>Locus de controlo interno</u>	MN3 A	: <u>lida com entusiasmo sobre a responsabilidade pelo que faz e/ou lhe acontece</u> é responsável pelos resultados positivos e negativos.	<i>locus</i> de controlo interno: lidar com as expectativas sobre os resultados da sua futura acção. Pode obter nível A no MN (máximo nível A), <i>locus</i> de controlo externo: máximo nível B.
		MN2 M	: <u>aceita o que faz ou lhe acontece</u> (acredita que) muito do que se passa na sua vida depende de si.	
		MN1 B	: <u>silencia a responsabilidade pelo que faz e/ou lhe acontece; ou afere a responsabilidade a outros</u> silencia ou assinala como negativo o ter responsabilidade pelo que lhe acontece.	
	SUBDIMEN- SÃO <u>Controlo emocional e de tarefa</u>	MN6 A	: <u>adequada resolução independente/ reflecte sozinho(o), independência (decisão ou tarefa)</u> mostra-se com iniciativa; gosta de reflectir sozinho (a) (Rs); decide com facilidade, não hesita na tarefa.	atribuição causal: auto-referência no domínio da tarefa (passada). MN4: actividade facilitadora= a sua própria responsabilidade na acção <u>acção c/ as coisas</u> (entusiasmo com pintura outras actividades manuais; contemplação da natureza, karting, leitura, etc.), algum controlo 2.º (alívio da tensão). (actividade e iniciativa mais prejudicial) MN1 e MN2 “ruminativa” . se sofre muito, obtém nível B (pertencendo a uma regra geral).
		MN5 M+	: <u>controlo emocional</u> diz e mostra que se controla facilmente; não deixa que os sentimentos andem à deriva.	
		MN4 M	: <u>controlo social/ tem actividade facilitadora</u> controla-se socialmente; para aliviar tensões, tem actividades que dependem só de si e realiza-as adequadamente e/ou oportunamente.	
		MN3 B+	: <u>apoio de outros (na decisão ou tarefa)/ reflecte em grupo</u> não dispensa o seu suporte social/dependência; descreve-o mas também ‘o utiliza sem necessidade’.	
		MN2 B+	: <u>tenta fazer sozinho mas complica, sofrendo</u> complica; sem se afligir, não consegue sair dos seus “rituais” sabendo que são prejudiciais.	
		MN1 B	: <u>com frequência acentua o negativo</u> frequentemente actua negativamente (activa o negativo); com frequência é pessimista; sem controlo, pensa sempre que não consegue; “rumina”.	

Partindo das três dimensões em RESiliência (Kobasa, 1982), da análise teórica e de conteúdo dos registos da primeira passagem do instrumento RES (2.^a fase da investigação), chegámos às seguintes subdimensões.

2.4.1 Subdimensões, indicadores e Máximos Níveis, MNi's

Fruto da investigação teórica e empírica, para as duas subdimensões na dimensão **DESAFIO** propomos o **Desafio** e a **Flexibilidade/Abertura/Mudança**, tendo esta última seis indicadores com os respectivos seis Máximos Níveis (MNi's) (ver Quadro Ic): MN6¹¹⁸ efectiva descentralização, MN5 mudança, MN4 procura ou consciencialização do positivo no difícil, MN3 preocupação com o desenvolvimento, MN2 ideais, abertura a religiões exigentes/ outras, MN1 sem sensibilidade perante a envolvente.

No **COMPROMISSO** propomos duas subdimensões, **Compromisso Social** e **Compromisso Pessoal**, este com seis indicadores: MN6 segurança pessoal, MN5 auto-estima, MN4 optimismo, MN3 bem-estar activo/(mas também) autoconhecimento, MN2 consciência das alterações mais significativas descentralizadas, MN1 falta de autoconhecimento. O **Compromisso Social** foi traduzido no que designámos por inserção social de três níveis positivos com três indicadores: MN3 segurança social, MN2 menor segurança e o MN1 como o não isolamento.

No **CONTROLO** para o actuar confiante, seguimos bastante Kobasa com as subdimensões de **Locus de Controlo** e o **Controlo Emocional e de Tarefa**. Este último teria seis indicadores: MN6 adequada resolução independente, resolve sozinho (decisão ou tarefa), MN5 controlo emocional, MN4 controlo social¹¹⁹ e/ou actividade facilitadora (lazer de execução independente), MN3 apoio exterior na decisão e/ou tarefa, MN2 sofrimento e/ou complicação na resolução de tarefa, MN1 activação do negativo.

Por sua vez, nas subdimensões **Desafio**, **Compromisso Social** e **Locus de Controlo** considerámos uma variação de intensidade normalmente expressa pelo mesmo indicador (ver observações do Quadro Ic). O caso do **Compromisso Social** é a excepção, estando presentes mais que um indicador. Na orientação interpessoal¹²⁰ considerámos o que designámos por segurança social, correspondendo à possibilidade do atingir alto grau e/ou alta facilidade na inserção social. Nesta intensidade de orientação interpessoal considerámos: o maior nível, MN3, associado à fácil aceitação pelos outros da pessoa em

causa: quando é extrovertido e gregário, descrição enriquecida, *e.g.*, pelo grau de aceitação social¹²¹. Os sujeitos, que socialmente aceitam, são essencialmente os outros¹²². Ao máximo nível 1, MN1, associámos a situação de gregariedade, em que o indivíduo não se isola, apesar de não ter uma aceitação social fácil¹²³. Na graduação intermédia, em MN2, considerámos a situação em que a pessoa não é tímida socialmente, é frontal, pese embora a falta de uma muito boa/fácil inserção social, mas verificando-se um mínimo de gregariedade.

2.4.2 Pilares da explicitação do nível atingido

Este Modelo e, portanto, a sua Avaliação completamente graduada, pressupõe também três constructos pilares do nível de resiliência atingido: *a independência/autonomia, com inserção social, a flexibilidade e a actividade/acção.*

Assim, o quadro conceptual do humano resiliente é, para nós, o seguinte: *para além da flexibilidade, do compromisso e do autocontrolo e domínio, tem de ter iniciativa, gostando de fazer sozinho, e descentraliza-se concretamente em acções, tendo facilidade de inserção social, ou seja, sendo, pelo menos, não isolado e bem aceite socialmente.*

Como Grotberg (1995), consideramos o aumento do nível de resiliência no sentido da passagem da utilização do EU TENHO para o EU POSSO, enriquecendo o EU SOU, o que tem subjacente um maior nível para uma maior autonomia, *independência*, como passaremos a designá-la¹²⁴, com uma fácil inserção social. De notar que na lista de verificação de Grotberg (1995) dos 0-12 anos de idade, surge o item “gosto de fazer sozinho” e “gosto de fazer coisas para agradar”.

Kobasa (1983) realça, por exemplo, o conceito *hardy* como uma habilidade geral para o uso de todas as fontes, pessoais e da envolvente, possíveis de utilizar, para mais eficazmente perceber, interpretar e actuar nas situações de *stress*. Neste sentido, a independência na actuação é construída através das 3 dimensões: com autonomia se desafia, se compromete e resolve problemas. Para além disto, o controlo e o compromisso pessoal serão basilares para uma mais directa actuação. Este mesmo sentido parece emergir

na análise de conteúdo aquando da aplicação do instrumento RES a uma população de 125 jovens adultos, 2.^a fase do estudo. Como o Quadro Ic resume, ao ser considerada a contribuição para uma mais forte resolução de problemas e determinante envolvimento individual na situação difícil, verificou-se, nesta 2.^a fase e no compromisso pessoal, que ela foi traduzida pelo maior peso da auto-estima e da segurança pessoal (respectivamente, o indicador MN5 e MN6) relativamente ao optimismo e ao bem-estar activo (indicadores MN4 e MN3), razão por que o nível máximo atribuído é ligeiramente menor nestes 2 últimos indicadores. Não há dados para fazer uma maior diferenciação e não tem sido necessária. Na revisão de literatura, como vimos, é sublinhado o compromisso pessoal, nomeadamente a auto-estima. Neste sentido, congratulamo-nos com a introdução da auto-estima como um dos objectivos da Rede Nacional de Escolas Promotoras de Saúde, pertencente à Rede Internacional com a designação correspondente a esta.

Quanto à *flexibilidade*, a actividade cognitiva consciente tem um papel importante na dinâmica do modelo. Na perspectiva da aprendizagem positiva na situação difícil, existe a sua avaliação na dimensão do desafio, em MN5¹²⁵; no sentido de ser uma avaliação crítica (significativa e diferenciadora) quando for trabalhada a educação para a resiliência¹²⁶, é de reflectir e experimentar a sua relação com outro nível de contribuição deste indicador de aprendizagem.

Neste modelo também se parte do constructo de resiliência associado ao desenvolvimento, de orientação pessoal e interpessoal. No desenvolvimento psicológico, a vertente da *flexibilidade*, de um modo geral, pode ser avaliada através da aplicação de um instrumento baseado na teoria do desenvolvimento cognitivo e de orientação interpessoal de D. Hunt (1978) (instrumento designado por PCM), o que pode ser posto em confronto com a análise dos resultados da resposta ao nosso instrumento de avaliação em resiliência (RES). Nesta e na subdimensão da *flexibilidade/abertura/mudança*, pode-se verificar, nomeadamente a abertura à aprendizagem e à descentralidade, em relação às quais a comparação com os resultados do instrumento baseado na teoria do desenvolvimento de Loevinger (FIPE) (Ralha-Simões, 1995) é particularmente importante.

Assim, na recuperação pessoal quotidiana, a *flexibilidade*, com aprendizagem, descentralidade e consciência, é um constructo basilar no nosso modelo e, portanto, na sua avaliação. A *actividade* é igualmente bastante estruturante para o conceito em estudo. Para outros investigadores, mas também para Kobasa (1979, 1982), a temática das três dimensões de resiliência também faz referência à acção humana: Kobasa resume o desafio

como mudança, uma actividade (interior) também exterior que se altera, que muda; o compromisso como um actuar envolvido e, o controlo, como um actuar confiante.

Na nossa operacionalização, a acção encontra-se esquematizada também no Quadro Ic, realçada a azul (em observações). Esses realces representam os diferentes graus e áreas de actividade positiva para uma resiliência de maior nível. Na dimensão do Desafio, o indicador MN6 da flexibilidade tem o valor máximo A, que designámos por *efectiva actividade descentralizada*. Na dimensão do Compromisso, o indicador MN3 do compromisso pessoal tem o valor máximo M, sendo interpretado como um bem-estar não preguiçoso, designado por *bem-estar activo*. Também na dimensão do Compromisso, o indicador MN1 do compromisso social associado ao não isolamento social, ao convívio, foi apelidado de *gregariedade*. Na dimensão do Controlo, o indicador MN4 do controlo emocional e de tarefa, de valor máximo M, refere-se à actividade com falta de resolução directa do problema¹²⁷, mas saudável solução temporária, pois é individualmente exercida uma actividade agradável, por exemplo, de lazer. A este exercício chamámos-lhe *actividade facilitadora*.

2.4.3 Avaliação

1.º Escala de intervalo

Na avaliação utilizada em resiliência, os indicadores estão ligados a uma escala com os seguintes valores: **A**, **M+**, **M**, **B+**, e **B**. É uma escala de intervalo, de **A** a **B**, sendo o n.º ímpar importante para a clarificação da avaliação com um valor médio significativo. Os 5 níveis mostraram-se discriminantes para a análise do impacto quotidiano. Por cada indicador, a avaliação é concretizada tendo em conta a intensidade com que o conceito é expresso e a hierarquização do indicador na subdimensão. O grau obtido varia entre o nível B e o valor Máximo do Nível do indicador i (MNi)¹²⁸. Se é silenciado, é atribuído o nível **B**; caso seja expresso com a máxima intensidade, é então atribuído o valor máximo do nível do indicador i (MNi) correspondente. Os MNi's surgiram para dar corpo ao modelo proposto, após revisão teórica e 1.ª aplicação do instrumento RES. Como veremos, os 40 itens resultantes da análise de conteúdo foram agrupados nos MNi's que figuram no Quadro Ic e Quadro IIb,c.

2.º Máximos Níveis, MNi's

Com a nomenclatura de Máximos Níveis (MNi's), queremos referir a 6 ou 3 categorias dentro das dimensões consideradas, bem como o peso da respectiva contribuição na avaliação. Consideramos que os indicadores propostos para cada subdimensão têm pesos diferentes para a definição do constructo. Aqui existe uma hierarquia de conceitos associada à operacionalização de uma determinada subdimensão: esta hierarquização é expressa pelo Máximo Nível i (MNi) com que determinado indicador i pode influenciar a avaliação da referida subdimensão. Resultante desta forte associação entre a designação de um determinado indicador e o Máximo Nível proposto, MNi, tornou-se útil também a utilização da designação abreviada MNi como sinónimo do conteúdo do indicador em causa.

3.º Silêncio ou escolha de conceitos afins- 'a sua verdade'

Como a pergunta é bastante aberta¹²⁹, verifica-se que as respostas contemplaram o facto de terem um forte grau de honestidade para o universo a que foram aplicadas. Por exemplo: quando é proposta a auto-estima, o optimismo e o autoconhecimento, verificámos que, se o indivíduo os considera assumidos, refere-o imediatamente¹³⁰ mais ou menos intensamente. Caso contrário, silencia esses conteúdos ou escolhe outro conceito afim que satisfaça as condições de completa verdade¹³¹. Portanto, parece ser o aspecto mais significativo para aquela resiliência concreta¹³². Ora, nestas circunstâncias, o bem-estar foi enunciado por alguns que tinham poucas autodescrições consideradas construtivas. Para este nível etário, onde talvez ainda não seja muito claro o autoconceito e a auto-estima (Campbell *et al.*, 1996), no compromisso pessoal e relativamente ao constructo e indicador "bem-estar", foi atribuída a designação MN3¹³³ com o máximo nível M. Este é um exemplo do que passaremos a expor já a seguir.

4.º Conceitos afins: sua inserção e peso na avaliação

Para além do exposto no 2.º ponto, a importância dos conceitos afins advém da articulação¹³⁴ das novas expressões empregues com o modelo proposto. Assim, por exemplo, o indicador do exemplo no texto do instrumento RES, que designámos por "autoconhecimento", levou a muitas respostas espontâneas com conteúdos que apelidámos de "preocupação com o seu desenvolvimento". Este último foi também classificado na subdimensão *flexibilidade/abertura/mudança*¹³⁵ e mais tarde, numa maior sistematização

desta, foi categorizado como MN3, na subdimensão referida, com o máximo nível de M+. Relativamente ao indicador “actividade facilitadora”, do exemplo em RES, para além da directa avaliação como MN4, da subdimensão *controlo emocional e de tarefa*, com o valor máximo de M, pode ser indicativo do grau de “gregariedade” MN1, da subdimensão *compromisso social*¹³⁶. De notar que tivemos muitíssimo cuidado com a análise de conteúdo quando é inferida uma resposta. Só foi considerado quando é ‘directamente inferido’ e, além disso, é classificado com um valor diferente no intervalo considerado: -6 e +6, como pode ser observado, *e.g.*, na legenda do Quadro IIa, de cada estudo de caso.

Observemos que a subdimensão *flexibilidade* pertence à dimensão Desafio com o tema Mudança, o que associado aos pilares do modelo¹³⁷, leva a que possamos ter uma “efectiva acção descentralizada”, MN6, de sua iniciativa, que abarca a considerada independência, o máximo de flexibilidade/abertura e de acção. Está assim justificado o máximo nível A para este indicador.

Observemos também a “preocupação com o desenvolvimento”, MN3 também da subdimensão *flexibilidade*, a que atribuímos um máximo valor de M+. Este indicador é de grande relevância para o desenvolvimento e resiliência, sendo a preocupação com a auto-aprendizagem, de grande flexibilidade mas autocentrada (sem descentralidade, portanto), pelo que lhe foi atribuído um valor, na escala de intervalo, menor que o de MN6 registado no parágrafo anterior.

5.º Contribuições dos indicadores de uma dimensão

Como o Quadro Ic (*e.g.*, Quadros IIb,c) expõe, em cada uma das 3 dimensões da resiliência existe uma subdimensão com 3 Máximos Níveis e uma segunda com 6 Máximos Níveis.

Consideremos agora todos os indicadores de uma dimensão: do Desafio, por exemplo.

Nesta dimensão temos também 2 subdimensões: a *flexibilidade/abertura/mudança* e o *desafio*. Este último conceito, desafio, é por si só vector de relevo. Para esta subdimensão, *desafio*², tomámos em conta a forma como o jovem adulto lida com esse termo: exprime-o com entusiasmo, aceita-o ou silencia-o, a que associámos os 3 máximos níveis de valor A, M e B, respectivamente.

² É de notar que a designação desta subdimensão, “desafio”, é a mesma da dimensão a que pertence, “desafio”, mas foi-nos difícil mudar pois a designação de Kobasa para a dimensão é desafio e, a nossa subdimensão operacionaliza-se no modo como o indivíduo lida com a palavra “desafio”.

Quanto à subdimensão *flexibilidade*, vamos considerar a sua inserção no tema geral da mudança bem como os pilares do modelo. Da aplicação do nosso instrumento de resiliência (RES) obtivemos os 6 indicadores MNi's atrás descritos. Vejamos a justificação dos diferentes pesos. A MN6 e MN4 já nos referimos no ponto anterior. O indicador da “mudança”, MN5, abarca a efectiva mudança por nós verificada¹³⁸ através das autodescrições, num dado momento ou em diferentes momentos. Os indicadores MN6 e MN5 podem ser classificados com o mesmo valor, **A**, para os respectivos máximos níveis, pois teoricamente se verifica o tema geral da dimensão (muda), podendo atingir o máximo valor ao serem analisados todos os pilares propostos no modelo.

Para “ver o positivo na situação difícil”, descrição sucinta do indicador MN4, parece-nos necessária uma grande flexibilidade. Ser criativo no modo como percebe (predizendo a qualidade do funcionamento social e a resiliência, segundo Eisenberg *et al*, 2000) é de muita flexibilidade e um recurso de optimização na regulação da emocionalidade, verificado também na recuperação perante o *stress* e, portanto, com um papel especial em resiliência, estudado por Eisenberg e outros autores. Na aplicação do instrumento, também os respondentes o referem directamente ou por outras palavras, demonstrando como os ajuda (ver, *e.g.*, Pedro): “(...) *procurar coisas boas para tentar melhorar a situação*” (RES97/S5)¹³⁹. É um aspecto autocentrado mas que pode levar à auto-aprendizagem¹⁴⁰.

MN4 e MN3 foram classificados com o mesmo valor máximo, **M+**, pois ainda não é considerada a descentralidade, apesar de grande flexibilidade e auto-aprendizagem possível.

MN2, ter ideais, é uma perspectiva teórica (e portanto ainda não de acção, de mudança), com boa flexibilidade de maior ou menor repercussão nos pilares anteriormente desenhados. Portanto, foi-lhe associado o valor máximo **M**.

MN1 refere-se à insensibilidade. Muita rigidez e, como tal, nível **B**. Para a existência de sensibilidade propomos o nível B+, pois estaria associado a uma flexibilidade, mas não a uma acção e independência.

Nota: A descentralidade sobre a actividade humana na situação difícil é proposta em 2 pontos do exemplo em RES, cujo conteúdo é o seguinte: RES/S11 “Perante a adversidade interrogo-me sobre os aspectos positivos que essa situação pode ter em mim ou nos que me estão próximos”; RES/P4 “Com facilidade me dou aos outros, mas falta-me tempo para o fazer para além da família”; e uma indirecta, RES/S9 “acredito e pratico uma religião em que sei que usufruo de uma Amizade exigente”. Estas propostas são importantes pois têm

se aberto espaços para respostas significativas. Elas proporcionaram: o registo de uma situação de determinado grau de intensidade da dificuldade, obtendo-se o seu nível de descentralidade (e que se triangulou mais facilmente com FIPE, *e.g.*); e a análise da variação do registo, da variação do que é significativo, aquando da múltipla passagem respondida pela mesma pessoa. Estes factos puderam ser contrapostos com o tipo de situação vivida entre as diferentes passagens e exposta no preenchimento de um instrumento que utilizámos, designado por Comparação de questionários (Compquest.).

6.º Avaliação num Indicador e numa Subdimensão

Pelo anteriormente exposto, os indicadores de maior peso são os melhores descritores para os níveis altos da dimensão em causa, sendo esta enriquecida pelas outras categorias hierarquicamente de menor nível.

Assim, o valor obtido no indicador MN_i tem como base o máximo peso/ponderação atribuído ao conteúdo desse indicador para a subdimensão respectiva bem como a intensidade com que o exprime na resposta a RES.

Mas noutro nível, perante os graus de A-B obtidos nos diferentes indicadores de uma determinada subdimensão, segundo o processo anteriormente exposto, a avaliação dessa subdimensão, na resposta desse elemento da população, coincide com o maior nível nela obtido. (Por exemplo: a análise de conteúdo associa expressões a 4 indicadores de uma determinada subdimensão classificados com B+,M,M,M+. A avaliação obtida nessa subdimensão é de M+. Obtém-se a classificação M+, sendo esta enriquecida pelas restantes 3 descrições).

7.º Avaliação numa Dimensão e Avaliação Total em resiliência

Pelos processos anteriormente expostos foram obtidos 2 níveis (de A-B) por cada dimensão. Para os resultados em gráficos foi realizada a correspondência da escala de intervalo, A, M+, M, B+, B, para os valores, 2,0; 1,5; 1,0; 0,5; 0,0. Foi considerado o respectivo somatório para os 2 níveis de avaliação (Avaliação por Dimensão e Avaliação Total em resiliência) pois, como veremos, foi verificada uma grande correlação entre os indicadores (Quadros IV no capítulo 4), sendo a resiliência considerada como um só constructo (como se verificou em *hardiness*, Kobasa, 1982).

CAPÍTULO 3

CAPÍTULO 3

Metodologia

Numa pequena introdução reflecte-se sobre o papel da designada ciência experimental na procura sistemática e rigorosa da expansão do conhecimento humano e do avolumar do peso da avaliação qualitativa, nomeadamente nas Ciências da Educação.

As opções metodológicas são descritas. É escolhida a investigação em ambiente natural, descritiva, heurística, longitudinal e prospectiva tendo o plano da investigação compreendido 3 fases: na 1.^a realizou-se o aprofundamento teórico, a construção do Modelo, a construção de um questionário em RESiliência (RES); a 2.^a fase refere-se à primeira aplicação de RES a uma maior população, de cuja análise de conteúdo surgem 40 itens que concretizaram a operacionalização do modelo em 3 dimensões e respectivos 9 (3+6) indicadores; e a 3.^a fase consistiu no estudo principal, em que se utilizou um estudo longitudinal e prospectivo de um a três anos, um estudo de 7 casos, aplicando-se 18 vezes o instrumento de medida em resiliência RES, construído neste estudo. Utilizam-se também outros instrumentos de avaliação de recolha de dados, nomeadamente um guião de entrevista do registo da comparação de respostas aos questionários RES, de acrónimo Compquest., por nós elaborado.

São utilizados outros instrumentos de avaliação baseados na investigação de Loevinger e Hunt (Ralha-Simões, 1995; Simões, 1996) para, numa análise de conteúdo e no 1.^o momento de avaliação, se realizar uma triangulação de parte de conteúdo da avaliação em resiliência (*e.g.*, flexibilidade e descentralidade).

3 METODOLOGIA

3.1 *Fundamentação Metodológica*

3.1.1 Papel das ciências experimentais: de incorporante a incorporado

Na perspectiva global da ciência, verifica-se a inicial liderança das ciências experimentais, estendendo os seus métodos a novas ciências como as ciências sociais, nomeadamente à sociologia e ciências da educação, e a actual situação, cujos contornos apontam para a incorporação das ciências experimentais nas ciências humanas, no conhecimento científico, com um estatuto de maior interdependência. Para esta análise vamos realçar 4 leituras: Olga Pombo (1988); Santos, (1995, 1996, 2000); Denzin e Lincoln (2000); Monkombu S. Swaminatha (2001)¹⁴¹ e a 2.ª revolução verde, que figurarão no 11.º anexo. Nessa exposição, podemos inferir da inter-relação entre as diferentes áreas científicas e destas com a sociedade civil, impondo-se conteúdos e metodologias mais adequadas. A comunidade científica das ciências da natureza é também uma comunidade humana e, como tal, não há só actuações exemplares e menos arrogantes (Dias de Deus, 2003), mas o exemplo citado (anexo 11) mostra o modo como esta comunidade científica se pode, pois, orgulhar do seu novo papel no conhecimento e na prática do humano¹⁴², continuando bem activa, mas agora mais consciente/menos ingénua e portanto mais comprometida com outras áreas do saber e com a humanidade. O exercício das ciências da natureza e o seu papel encontra-se portanto incorporado nas ciências humanas, em que surgem,

nomeadamente, as ciências de educação e a saúde, passando a enaltecer-se e, também a ser sublinhada, a investigação qualitativa. Passou-se da única perspectiva científica com uma metodologia experimental e investigação quantitativa para o surgir da não menos importante investigação qualitativa (e.g., Denzin e Lincoln, 2000; Crotty, 1998; Patton, 1990).

Se por um lado Pais Ribeiro (1999)¹⁴³ assinala o tipo de investigação realizada em Saúde e Psicologia, referindo também a não experimental, por outro, Denzin e Lincoln (2000), na introdução do seu livro *Handbook of Qualitative Research*, resumem a história e o estado de arte da teoria e prática da investigação qualitativa nas ciências sociais, presente no 12.º anexo. Denzin e Lincoln consideram 7 períodos: 1.º 1900-1950; 2.º 1950-1970; 3.º 1970-1986; 4.º 1986-1990; 5.º 1990-1995; 6.º 1995-2000; e o actual 7.º período, 2000-. No 2.º período, estes autores referem a investigação em educação, que nós sublinhamos. Mas a razão de termos trazido esta compilação e análise tem também o fim de lembrar, nesta área, os passos gigantes da investigação qualitativa e as transformações de perspectivas.

3.1.2 Opções metodológicas

O nosso trabalho traduz-se numa contribuição para a conceptualização e medida da resiliência investigada em ambiente natural. Estuda-se assim um constructo ainda pouco trabalhado em Portugal mas que parece ser muito importante, pois se pode compreender melhor algo que, em situação natural, espantou Anthony, em 1974: “Invulneráveis e invencíveis”, posteriormente descrito com mais cuidado: “vulneráveis mas invencíveis” (Werner e Smith, 1982). A situação é de espanto, mas a sua ligação a constructos como a construção pessoal, o desenvolvimento ou o processo, torna-se numa necessidade científica, reclamada tanto no campo social, como no profissional e no pessoal.

O conhecimento deste constructo tem uma abrangência profissional muito larga, pois, em termos educativos, não é só necessário no campo de formação de professores, como em qualquer campo de ocupação profissional, para além de poder ser aplicado ao longo da vida. Nós escolhemos o jovem adulto, pois é o nível etário com que temos trabalhado directamente no ensino superior e porque parece não existir, internacionalmente, a sua investigação neste universo. É este o critério social da nossa investigação.

Para a concretização da investigação, era necessário fazer a opção metodológica.

Hoje parece não existir purismos, mas um contínuo entre investigação qualitativa e quantitativa (Crotty, 1998), sendo nesta perspectiva que posicionámos o nosso estudo.

Perante tensões e transformações, podemos observar as possibilidades de aumento de conhecimento científico nas ciências humanas pressupondo uma análise “mais fria” (Denzin *et al.*, 2000) sobre a correlação de forças e o surgir de regras básicas por todos aceites (*idem*). Estes investigadores aprenderam e descobriram diferentes aspectos, como o referem explicitamente na apresentação da obra, mas reflectem no facto de os consensos traduzirem uma credibilidade mais eficaz, pois a referência é mais trabalhada. É interessante a evolução ‘vertiginosa’ dos critérios que, na 7.^a fase e, mesmo na 6.^a, apontam para uma necessidade de transparência, de validade cristalina, englobando mesmo validade auto-referente, como vimos na revisão e proposta dos 7 momentos da história da avaliação qualitativa em ciências humanas (*idem*). É de sublinhar a necessidade de Damásio, em 2000, no *Sentimento de Si*, explicitar o seu método científico¹⁴⁴. Mas, advertem Denzin e Lincoln, esta evolução depende dos diferentes domínios do conhecimento, “disciplinas”, como designam, e respectivas práticas (capítulo 34, Denzin e Lincoln, 2000).

Numa perspectiva de descrição quadrupolar de uma pesquisa (Bruyne *et al.*, 1974) as opções metodológicas podem ser descritas em função do pólo epistemológico, da perspectiva teórica¹⁴⁵, do desenho ou metodologia e das técnicas e/ou métodos utilizados. Crotty (1998) também a subscreve para as ciências sociais, embora contemplando mais exemplos que a de Lessart-Hébert e outros (1990). É por este ângulo que a prática das ciências de educação se tem pautado e, portanto, será a nossa referência, embora nem sempre se apresente tão compartimentada¹⁴⁶. No texto de Denzin e outro (2000), estes investigadores consideram, na 3.^a fase da história em ciências sociais e humanas, uma investigação construtivista com estratégias do inquérito e paradigmas interpretativos. Neste contexto e na formação de profissionais de ajuda (Schwab, 1995; Combs, 1971), em que os professores e educadores se inserem, perante, entre outras, a questão da complexidade do objecto em análise, a investigação reorienta os seus trabalhos, deixando uma metodologia experimental e encontrando resposta numa abordagem empírica (*e.g.*, Ralha-Simões, 1995). Nós, neste campo formativo e da saúde, por pretendermos seguir processos de absorção de impactos multivalorada e ser um trabalho exploratório, optámos por um estudo

empírico e por um trabalho interpretativo. É nesta óptica que nos situamos, tendo como critérios o de clarificação, o de operacionalização e o de explicitação no aspecto epistemológico (Miles e Huberman, 1984, *citando* Patton, 1990) e no enquadramento quadrupolar, a nossa investigação é, como já referimos, empírica, num estudo construtivista-sistémico e interpretativista/interpretativo. Fizemos uma pesquisa com um plano longitudinal e prospectivo, em que, após construção do modelo e instrumento de avaliação em resiliência, eles são submetidos a critérios de cientificidade ao serem investigados processos e a compreensão quase heurística (caso interpretativo) deste constructo em estudo de casos.

Antes de passarmos à justificação por esta opção, vamos explorar um pouco mais esta última decisão metodológica. Classicamente, existem três soluções que epistemólogos designam por objectivismo, construtivismo e subjectivismo e suas variantes (*e.g.*, Lessar-Hébert *et al.*, 1990; Crotty, 1998¹⁴⁷). Segundo Van der Maren (*e.g.*, 1989). Em ciências de educação, a função desta divisão é: descritiva, “é e será”; compreensiva/interpretativa, “tem sentido”, tem significado; e o subjectivismo teria como função a prescritiva: “deveria ser ou fazer-se” (Lessar-Hébert *et al.*, 1990).

Neste pólo teórico, em que se investiga ‘como e o que sabemos; qual o modo de olhar o mundo e construir sentido’, podemos aqui considerar a perspectiva heurística. Nesta perspectiva, humanística, a questão central é saber e dar sentido à minha experiência deste fenómeno e à experiência essencial dos outros que também experimentaram este fenómeno neles próprios (Patton, 1990). Assim, a questão é conhecer a estrutura e a essência (neste caso das subdimensões da operacionalização em resiliência) da experiência deste fenómeno para os elementos da população em estudo.

O inquérito heurístico é uma forma de inquérito que necessita também da experiência pessoal do investigador e das suas clarificações. Segundo Patton, é necessário que o investigador tenha um forte interesse no fenómeno em estudo e não casual. Neste estudo, aos elementos do estudo de casos é pedido o preenchimento de inquéritos projectivos¹⁴⁸ para além das entrevistas para Comparação de questionários (Compquest.). O rigor da utilização do inquérito heurístico advém da observação sistemática e dialéctica consigo e com os outros que pode ser realizada. Neste enquadramento, a teoria perceptual de Combs (1972, 1976) justifica esta visão. Centrada na perspectiva pessoal que organiza todas as suas percepções, este modo de inquérito “(...) afirma a possibilidade que se pode viver

profundamente num momento, ficar fortemente imerso em mistérios e milagres, e continuar associado ao significado da experiência de investigação” (Craig, 1978, Patton, 1990). Segundo Patton, é a combinação da experiência pessoal e da intensidade que leva à compreensão da essência do fenómeno. *‘Heurístico tem a ver com os significados, não com as medidas; com a essência, não com as aparências; com a qualidade, não com a quantidade; com a experiência, não com o comportamento’* (Douglas e Moustakas, 1984). Então, qual a razão do nosso enquadramento metodológico? Para atingir o aprofundamento sobre o constructo e uma sua medida, considerámos dois objectivos: Será possível uma avaliação holística em resiliência de jovens adultos portugueses? Que mecanismos pessoais são possíveis perante a adversidade quotidiana? Uma primeira parte da resposta incide sobre indicações do mundo científico (referente ao conteúdo do constructo e ao delinear da investigação). Assim, após a escolha da avaliação em *hardiness*, uma forte justificação, para a sua extensão e para um plano longitudinal da investigação, tem a ver com perspectivas e indicações de Eisenberg e de Cowan e respectivos colaboradores. Eisenberg e outros (2000) revelam que é necessário que a dinâmica da resiliência contenha factores sociais, o que também é hoje sublinhado no nosso modelo. Por outro lado, Cowan, Cowan e Schulz são investigadores da ciência do *risco* e da sua prevenção. Dizem que, existindo duas influências bem importantes na prevenção de factores de risco¹⁴⁹, *“(...) elas põem a ênfase na importância dos estudos no desenvolvimento normal (e de risco) para o desenho e avaliação dos programas de intervenção preventiva”* (Cowan *et al.*, 1996). Este é ponto importante para este estudo e para a perspectiva de futuros trabalhos na educação para a resiliência. E, quanto às opções metodológicas, mais adiante referem que, caso Garmenzy e Rutter estejam correctos quanto ao efeito cumulativo da protecção e resistência ao *stress*¹⁵⁰, era necessário investir mais sobre o modo como se alimentam esses mecanismos¹⁵¹. É preciso notar que Cowan e outros (1996) sublinham novos dados sobre os efeitos negativos e cumulativos no estudo longitudinal de Rochester em que a acumulação dos riscos pode impedir desenvolvimentos. Na revisão teórica já citámos Cowan e outros (1996), quando entusiasmadamente realçam que a importância da resiliência na análise dos riscos não são os traços, mas o aspecto optimista e positivo dos resultados, mesmo até por causa da adversidade! (Cowan *et al.*, 1996). Dizem, em suma, que o paradigma do risco alterou o modo da investigação em disfuncionalidades e o modo como estas são definidas, convidando a considerar-se a sua dinâmica para uma maior ou

menor adaptação, o que se traduz, por exemplo, na escolha da amostra. Propõem não serem identificados os indivíduos de risco, mas os mecanismos de cada indivíduo. Assim, a tarefa chave para a ciência em que usa o modelo de risco no desenvolvimento disfuncional é, para estes autores, tentar identificar os mecanismos que influenciam o percurso e resultados num dado momento: “(...) *Como cientistas e clínicos não sugerimos que todos os estudos psicopatológicos devem ter um desenho longitudinal e prospectivo, mas acreditamos que só os estudos longitudinais nos permitem sistematicamente testar hipóteses sobre a origem e o desenvolvimento da psicopatologia (...) Deve-se seguir os indivíduos ao longo do tempo para examinar o impacto ou as variações do risco nas alterações dos níveis de adaptação (...em relação aos) mecanismos que dizem respeito ao coping, à competência e à resiliência pois farão parte dos processos que explicam as ligações entre riscos e vulnerabilidades*” (Cowan et al., 1996).

Quanto ao ajuste metodológico da investigação, gostaríamos de dizer que, como vamos sublinhar, inicialmente pretendíamos investigar a educação em resiliência, mas a reorientação dos trabalhos para os actuais objectivos julgamos que se tornou muito eficaz pois aprofundámos melhor o constructo, não deixando de facilitar a futura educação em resiliência. Gostaríamos de acrescentar que, inicialmente, abordámos a avaliação em resiliência só através do constructo *hardiness*, e os instrumentos que então elaborámos não foram de modo nenhum tão eficazes como os que aqui propomos. No modelo e na operacionalização do constructo existe uma actual articulação da investigação de Kobasa e Grotberg (para além da descrição, realce-se a sua observação esquemática nas legendas dos Gráficos IIa, em cada caso em estudo, por exemplo). A “linguagem de resiliência” (eu tenho, eu sou e eu posso, Grotberg, 1995) tornou-se muito eficiente no questionamento e expressão da população investigada, permitindo que o nível atingido em resiliência dos registos fossem analisados nas dimensões de *hardiness* (desafio, compromisso e controlo). Por outro lado, uma das nossas hipóteses (dentro do 1.º objectivo) era encontrar as subdimensões e indicadores da operacionalização. Tornar-se-ia muito moroso explicitar esse trabalho que corresponde à 2.ª fase. No entanto, a sua base tem que ver com a análise das 125 respostas, mas também com a fundamentação teórica (construtivismo-sistémico,) que permite analisar e investigar o modo de estar de pessoa vigorosa, em função dos acreditares, mas também de atitudes e capacidades, ao diferenciar a avaliação,

hierarquizando os indicadores, tendo subjacente, também, o aprofundamento teórico realizado (de visões parciais e sistémicas sobre a resiliência) e as reflexões pessoalmente experienciadas pelo investigador, relativamente ao constructo em causa.

3.1.3 Estudo longitudinal e prospectivo

Como relembrámos, o primeiro objectivo a investigar tinha sido a educação em resiliência. Tínhamos as dimensões do constructo *hardiness*, não muito longe do de resiliência, como um programa de educação em resiliência de Grotberg (1995). Por outro lado, apontava-se para a reflexão e investigação heurística (Patton, 1990) como uma boa opção metodológica para a educação para a saúde pessoal do jovem adulto ao lidar com contextos de grupos de marginalização social pela falta de saúde física (hospital pediátrico), pela economia paralela e mais flutuante (bairros económicos mais degradados), em instituições de acolhimento de jovens com falta de suporte social estável (jovens institucionalizados), pesquisada em estudo de casos. Pretendia-se, então, que uma autocompreensão, ao gerir a dinâmica do impacto pessoal aquando da tentativa de compreensão destes contextos singulares acima citados, poderia dar oportunidade também a uma educação para promoção da auto-saúde de cada jovem adulto.

No entanto, não foi possível efectuar este estudo, pois as condições logísticas de investigação, com o apoio do PRODEP, não puderam ser verificadas atempadamente. Este contratempo em boa hora se deu: primeiro porque *não se conheciam instrumentos de avaliação neste domínio para a população portuguesa*, podendo também ser alvo de investigação; depois, porque se pôde tornar num estudo longitudinal e prospectivo, em meio natural, de processos pessoais no lidar com situações quotidianas sentidas como difíceis, acompanhada de uma mais profunda investigação teórica e da construção de um instrumento de classificação no constructo a estudar, e sua avaliação em estudo de casos. A resiliência foi sempre entendida numa perspectiva dinâmica e com desafio adequado de oportunidades, pois estava mais de acordo com a nossa maneira de estar e encontrámos posições semelhantes, primeiramente com Kobasa (1979) e mais tarde com Masten e Garmezy (1985).

Foi realizada uma avaliação em pelo menos 2 momentos em cada caso em estudo (2.^a avaliação passados 8 meses; e posteriormente mais 1 ano para o 3.^o momento avaliado), e feita uma análise diacrónica/sujeito bem como uma reflexão sincrónica sobre os 7 casos estudados, tornando também possível e visível a fidelidade e validade do trabalho realizado.

3.1.3.1 *Pesquisa sistémica para um constructo complexo e dinâmico*

Uma das forças da análise qualitativa é a possibilidade de uma visão holística sobre o objectivo em estudo, e pressupõe a variabilidade. Na perspectiva holística interessa o fenómeno como um todo, em que o sistema é complexo e a soma das partes não esgota o sistema: ele é mais do que todas as partes, sendo estas interdependentes e contribuindo de diferentes modos para o sistema no seu todo. Para a sua compreensão e avaliação podem ser usados métodos qualitativos que se orientam para a natureza una de particulares ajustamentos (Patton, 1990). Por vezes, as variáveis medidas são indicadores de um constructo complexo como o bem-estar, mas é insuficiente medir/avaliar partes da situação com recolha de dados de variáveis isoladas ou dimensões (*idem*), pois não é analisada a interdependência das partes. O desenho deve incluir a recolha e análise de dados de aspectos múltiplos de um ajustamento em estudo para obtenção de um conjunto completo e compreensível através de uma sua resposta dinâmica a uma situação particular (*idem*). Isto significa que, no momento da recolha, cada caso a pesquisar é tratado como uma só entidade, um sistema holístico. A vantagem da utilização da pesquisa qualitativa, segundo Patton (1990), é a de que a maior atenção está no ajuste e no impacto, podendo ser dado relevo às nuances, complexidades, e contextos. J. Dewey (1956, 1980) advogou este tipo de aproximação para a compreensão do mundo da criança, pois ele constitui um todo. Patton (1990) adverte para modelos com uma visão otimizada de cada parte, mas não estudadas como um todo, como uma única entidade. Por ser adjectivado como um excelente exemplo de um pensamento holístico e ser um conhecimento de origem portuguesa, vale a pena contar o tipo de resposta salientada por este último investigador: “(...) eu não preciso de as contar (não sei quantas ovelhas são): *eu conheço cada uma*. Eu conheço o rebanho completo e saberei se ele não está completo”. Utilizou-se a análise de

conteúdo, onde heurística e holisticamente procurámos interpretar os registos de cada sujeito da população avaliada, bem como possíveis dinâmicas, individualmente significativas, do binómio humano envolvente, num estudo longitudinal e prospectivo, como referimos. Construámos categorias associadas às dimensões de Kobasa (1982), obtendo-se subdimensões e respectivos indicadores, operacionalizando a classificação em resiliência e, continuando a aplicar a análise de conteúdo, no estudo longitudinal de dinâmicas de casos, testou-se a operacionalização, bem como a compreensão de interações do binómio, pesquisando o indivíduo no seu conjunto. Utilizou-se uma análise diacrónica (análise prospectiva em cada estudo de caso) e sincrónica (análise simultânea de todos os casos estudados) (Kirk e Miller, 1986), questionando-se a existência de um constructo com um único factor.

3.2 Plano da Investigação

3.2.1 Fases e populações

Para uma melhor compreensão do constructo de resiliência, propusemo-nos contribuir para a sua conceptualização e medida. Este contributo traduziu-se essencialmente na revisão de literatura e reflexão sobre o mesmo, construção de um modelo e de um instrumento de medida, RES, em resiliência, **1.ª fase** da investigação, sua aplicação numa **2.ª e 3.ª fase**, para a operacionalização deste constructo e uma possível leitura de mecanismos ou dinâmicas em situações quotidianas.

Na **2.ª fase** desta investigação foi utilizada uma população de 125 jovens adultos, onde se testou o instrumento RES, por nós elaborado, e, pela análise de conteúdo, surgiram 40 itens que, na avaliação em resiliência, foram agrupados nas dimensões do desafio, compromisso e controlo, segundo o modelo construído. O resultado deste trabalho consta do capítulo 2, nomeadamente a operacionalização da classificação em resiliência (2.4) e Quadros Ia, Ib e Ic (2.3). Aspectos do compromisso, como a auto-estima e segurança pessoal, puderam ser

comparados com padrões explícitos na literatura para estes níveis etários. Numa **3.ª fase** (estudo principal), foi posteriormente realizado um estudo longitudinal e prospectivo, com avaliação em 2 ou mais momentos, num universo de seis sujeitos, a que se juntou um outro, por se tratar de uma situação sentida como difícil e demasiado longa. Fez-se uma triangulação com instrumentos de avaliação do desenvolvimento (FIPE e PCM, referidos na próxima subsecção), incidindo sobre a flexibilidade, nomeadamente a descentralidade, mas também sobre a independência¹⁵². Esta análise conjunta está descrita em cada estudo de caso e cujo resumo consta do Quadro 5-1.2 (capítulo 5). Posteriormente, propôs-se uma possível e coerente leitura de dinâmicas, neste estudo de 7 casos.

Para a análise de conteúdo houve dois avaliadores externos, com os quais trabalhámos para este fim. Na 2.ª fase do estudo, após a construção da escala, o grau de concordância entre avaliadores foi de 75%. Nas situações de divergência, estas foram discutidas entre os três. Na 3.ª fase do estudo, em que a população tem uma pequena dimensão, o grau de concordância foi de 87%.

Estando interessados em mecanismos individuais, a escolha das duas populações foi aleatória, exceptuando um caso, acima justificado. A maior população, a da 2.ª fase do estudo, era constituída por 125 jovens adultos do 1.º ano do ensino superior, sendo 30% do sexo masculino. A idade oscilou entre os 18 e os 25 anos, existindo um elemento de 31 e outro de 44 anos, com 23,1 de média de idade. Na 3.ª fase, dos 7 jovens adultos, 2 do sexo masculino e 5 do feminino, igualmente no 1.º ano do ensino superior (excepto um, que frequenta o último ano), dois mais velhos (de 31 e de 32 anos) são de sexo diferente, como o quadro abaixo indicado resume.

Quadro 3-1: Caracterização das populações em estudo
Jovens adultos no Ensino Superior (1.º ano e seguintes)

Dados ¹⁵³ demo- gráficos	Dimensão da população e idade na 1.ª avaliação e nota de ingresso/ elemento da população (anos; valores)	População masculina	População feminina	Idade (anos); média de idade
Fase do estudo				
2.ª fase	125	30%	70%	18-25; 23,1 (com um sujeito de 31anos e outro de 44 anos)
3.ª fase	7 Rita (31; 11,0); Sofia (18;11,3); Rui (32; 10,4); Carmina (21;12,0); Florinda (18;10,0); Pedro (20; 13,4); Paula (21; 12,0).	2 (29%) (um de 32 anos)	5 (71%) (uma de 31 anos)	23,0 média de idade (2 mais velhos)

3.2.2 Instrumentos de avaliação

Os instrumentos de avaliação utilizados (em anexo deste volume) consistiram em três questionários e um guião de entrevista com registo escrito de dados. Esta última prova foi aplicada aquando a autocomparação de questionários (Compquest.), neste caso das respostas ao questionário em resiliência por nós construído (RES), passado este último instrumento duas e três vezes em cada caso estudado (estudo principal). Os outros dois questionários (de acrónimos FIPE e PCM) abarcam o desenvolvimento profissional e baseiam-se no desenvolvimento do ego de Loevinger (ver anexo 3 no volume de Anexos) e o desenvolvimento saudável de Hunt (*idem*).

Instrumento PCM - “Paragraph Completion Method” (Simões, 1996, 1994)

De um modo sucinto, é um questionário que assenta na teoria sobre os sistemas conceptuais (Harvey *et al.*, 1961), baseado na flexibilidade e complexidade cognitiva e na orientação interpessoal elaborado por D. Hunt e traduzido, adaptado e aplicado a populações portuguesas em formação profissional (Simões, 1994, 1996). A avaliação destas vertentes cruza-se fortemente com subdimensões do nosso modelo de resiliência. A formulação deste questionário apresenta seis inícios de frases a serem completadas por escrito e dentro de um limite temporal. Foi construído em relação a sistemas/temas de referência/autoridade (“regra”, “pais”, “ordem”)¹⁵⁴ e à ambiguidade (“crítica”, “em desacordo”, “incerteza”). Para a avaliação do nível de complexidade conceptual, a análise dos diferentes temas, obtidos pela aplicação desta prova, é feita em função da respectiva atitude, acção e consequências descritas (Hunt *et al.*, 1978). Teoricamente, estes autores “(...) aceitam que a flexibilidade em tenra idade vai sofrendo ajustes ao longo do processo de identidade”. A classificação vai de 0-3, correspondendo o valor 2, muito sucintamente, a um adquirir de independência (que se tornou especialmente importante na triangulação deste conteúdo em resiliência, por ser um dos pilares do nosso modelo e operacionalização) com flexibilidade, aceitando, por exemplo, diferentes perspectivas, sem integração e/ou maior complexidade; atribui-se o nível 3 a uma grande complexidade, para além da postura independente e avaliação da situação com finalidade. Ao valor 1,5 ainda não é associada a independência. Alguma flexibilidade é já proposta a partir do nível 1,5.

Esta última perspectiva é particularmente importante neste estudo da absorção de impactos, mas também o grau de independência foi triangulado entre dados de PCM e de RES.

Instrumento FIPE - “Frases Incompletas sobre a Identidade Profissional do Educador” (Ralha-Simões, 1995)

Sumariamente é um questionário de avaliação do grau de complexidade crescente em termos do desenvolvimento profissional, baseado nos trabalhos de Loevinger e que Ralha-Simões elabora e apresenta (1995), construindo uma forma reduzida de frases incompletas para preencher sobre a identidade profissional do educador (semelhante ao de Loevinger, de acrónimo STC, “Sentence Teacher Complement”). São escolhidos inícios de 8 frases “(...) *que tendessem a desenvolver conteúdos susceptíveis de ser postos em relação com as respostas indicadas nos respectivos itens do manual a partir do qual foram construídos*”(Ralha-Simões, 1995). As categorias são 4: A- autocentrada; B- situacional; C- interactiva; D- integrada. A análise de conteúdo “(...) *procura sistematizar, categorizando-os, em termos das principais preocupações, motivações e receios em diferentes fases da carreira*” (idem), obtendo-se uma resposta compósita. Foi importante a associação dos diferentes níveis de desenvolvimento profissional, nomeadamente a descrição da situação profissional (B), a flexibilidade correspondendo à descentralidade de si (C), pertencendo já à categoria interactiva, ou ainda, à presença de ideias mais integradas, categoria (D). A flexibilidade inerente a estes dois últimos níveis foi triangulada com os resultados em PCM e nas subdimensões da dimensão do desafio, em RES.

Instrumentos RES e Compquest, por nós elaborados (Albuquerque e Tavares)

(anexos deste volume)

O fundamento dos dois instrumentos de avaliação, concretiza-se no contexto da 2.^a revolução de saúde, ou seja, na construção da nossa própria saúde bem como na conceptualização do constructo sistémico e dinâmico de resiliência, ou seja, a edificação da própria saúde perante os impactos do quotidiano.

Baseámo-nos: no nosso modelo de resiliência (de 3 dimensões {desafio, compromisso e controlo} e expresso em 3 campos {Eu Tenho, Eu Sou e Eu Posso}) que inclui a nossa

definição¹⁵⁵ de resiliência (Tavares e Albuquerque, 1998); e na lista de verificação de Grotberg (1995), de 15 indicadores para um universo dos 0-12 anos.

Construiu-se o questionário RES¹⁵⁶ (anexo deste volume), tendo como finalidade a operacionalização da conceptualização e medida da resiliência.

O questionário consta do espaço para registo de alguns dados demográficos (idade, sexo, nota de ingresso), de uma introdução com uma pequena frase sobre a noção de construção de saúde, nomeadamente numa situação de dificuldade, bem como uma exposição sucinta do que é apresentado e solicitado no documento. Posteriormente, encontra-se um exemplo do preenchimento do mesmo, que, se necessário, pode dar uma ideia do que se deseja. Considerando a situação difícil, pede-se que se descreva sumariamente (questionário aberto). A identificação das próprias características refere-se ao campo Eu Tenho, Eu Sou e Eu Posso, a explicitar no instrumento. Posteriormente, para distinguir o nível de descrição em resiliência, é feita uma 2.^a e 3.^a solicitação: na dificuldade intensa e duradoura, sublinhar o que lhe é mais frequente (o que mais activa) bem como o que entende mais importante; e identificar o que entende destrutivo quando não domina a dificuldade. Consideramos ser um questionário semiaberto, pois o exemplo que se apresenta pode restringir a descrição (embora também a enriqueça).

Assim, para cada item, utilizou-se uma escala de intervalo cujos valores vão de -6 a +6, com zero incluído, e que fazem parte, *e.g.*, da legenda dos Gráficos IIa que surgem para cada um dos casos estudados. Obteve-se principalmente 9 graus de diferente intensidade (-4 a +4), pois, por um lado, os valores +5 e -5 são pouco descritos, e por outro, tivemos *muitíssimo cuidado* na análise de conteúdo, registando só o directamente inferido, e separando o seu registo, atribuindo especificamente os valores + e -6. Foi feita uma análise total das respostas apresentadas.

O nível de resiliência é obtido pela análise de conteúdo feita **só em RES's**.

O seu preenchimento tem tido uma duração de aproximadamente 20 minutos (em poucos casos pode ir desde o quarto de hora aos 3 quartos de hora).

Na 1.^a fase da construção deste instrumento, elaborámos um enquadramento explícito da resiliência do ser humano que tem a possibilidade de construir a sua autonomia, envolver-se (compromisso), actuar confiante (controlo) e mudar (desafio), utilizando o quadro

conceptual do humano resiliente, referido em 2.4.2¹⁵⁷. Partimos de uma descrição *hardiness*/resiliente (Kobasa, 1982), mas, no controlo, considerámos o domínio de tarefa na generalidade e, no compromisso, expandimos o domínio para o aspecto da interacção social (Eisenberg *et al.*, 2000). Por outro lado, imprimiu-se uma dinâmica baseada em teorias do funcionamento humano em resiliência, definida por Grotberg (*e.g.*, 1995).

Para a construção deste instrumento, na 1.^a e 2.^a fase da investigação: **1.º** - houve um aprofundamento teórico com a selecção de itens associados ao constructo, constituindo o exemplo que surge no instrumento RES (apoiados na lista de verificação adaptada a outro nível etário, literatura específica, heurística reflexão sobre a experiência pessoal e profissional, bem como a elaboração de mapas de conceitos das categorias associadas ao constructo). Segundo Pais Ribeiro (1999), estaríamos perante uma construção com base no conteúdo dos itens. Após a análise de conteúdo das 125 respostas ao instrumento RES, obtivemos 40 itens¹⁵⁸. **2.º** - No entanto, posteriormente, agrupámos os itens em indicadores, função de uma teoria do funcionamento humano, acima referida, tendo sido inseridos em 3 dimensões (desafio, compromisso e controlo), e 6 subdimensões, (desafio e flexibilidade, compromisso pessoal e social, *locus* de controlo interno e controlo emocional e de tarefa). **3.º** - Baseados neste mesmo funcionamento¹⁵⁹, foram considerados diferentes pesos desses indicadores, para a construção do nível de resiliência, explícitos na operacionalização da classificação em resiliência (2.4)¹⁶⁰ e de uma forma cada vez mais simples, respectivamente nos Quadros Ic, Ib, Ia (2.3.2). Agora, segundo Pais Ribeiro, estaríamos perante uma construção com base em teorias da personalidade (*idem*). Na prática e continuando com o mesmo autor, “(...) *quem desejar construir um teste terá vantagens em recorrer de modo sequencial e organizado a várias das estratégias descritas*”: assim sucedeu.

4.º- De notar que, nesta metodologia e na 2.^a fase do estudo, encontrámos com grande significado não só as respostas (a que associámos diferentes categorias e graus de intensidade) como a ausência de registo (perante o exemplo proposto), tendo-se, neste caso, atribuído a intensidade zero.

Quanto ao guião da entrevista em que se autocomparam questionários (Compquest., anexo 2), tem o mesmo fundamento e finalidade, tendo como objectivo específico a clarificação do constructo e a compreensão da dinâmica do mesmo, também pela associação a

momentos de especial significado de alguém, bem como a sua cronologia. Nele é feita a comparação de questionários RES's, preenchidos pelo próprio em diferentes momentos de avaliação, e pedida a reflexão/justificação. Também é solicitada a explicitação de algum aspecto entendido importante no nosso modelo¹⁶¹, para compreensão dos processos e dinâmicas, e de outros aspectos, constituindo exposição e/ou justificação das suas respostas a RES.

Compquest foi importante para directamente explicitar alguns pontos das respostas em RES; bem como para verificar que, com muita probabilidade, RES exprime a autodescrição do que a pessoa sente como sendo as suas características naquele preciso momento, apesar de, noutra intensidade de situação, se poder descrever com mais ou menos descrições/atributos ou estar em processo de aquisição de um outro nível de compromisso, desafio ou controlo.

De sublinhar que serve concomitantemente para o enriquecimento (auto-registado) das descrições de RES's, favorecendo a compreensão do caso em estudo. Realçamos de novo que a avaliação em resiliência obtida resulta exclusivamente da análise da resposta ao instrumento RES.

3.2.3 Procedimentos

Como esta investigação não é só empírica, mas também teórica, os procedimentos para construção do modelo também se encontram ao longo do texto anterior (e, *e.g.*, nas legendas dos Quadros Ib e Ic- definição operacional). Queremos não esquecer de exprimir o facto de a aplicação dos diferentes instrumentos se ter realizado em dias diferentes, sem indicações para além do enunciado nos textos. A entrevista guiada (Compquest.) é proposta um ou dois dias após o último preenchimento de RES. Entrega-se os anteriores preenchimentos de RES, para comparação, e a população preenche primeiro sozinha Compquest. Posteriormente e de uma forma individualizada, com a investigadora, vai-se conversando sobre o que foi escrito.

Passamos a descrever momentos e opções importantes nesta investigação.

1.^a Fase

1. Ancorámo-nos na definição abrangente de Grotberg (1995) a que associámos, explicitamente, a optimização pelo Desafio, o que não é normal em definição deste constructo.
2. Posteriormente definimos a sua operacionalização através da construção e aplicação de um modelo teórico, fruto do enlace da investigação de Grotberg (1995) e de Kobasa (1979,1982) – que consta da subsecção 2.3.2 Modelo e sua Avaliação.
 - 2.1 Escolhemos as três dimensões de Kobasa (1982) para a *definição do nível de resiliência* obtido.
 - 2.2 A investigação de Grotberg (e.g.,1995) sugeriu-nos a *dinâmica* na direcção da *(re)construção da resiliência pessoal* – acima referida¹⁶², subsecção 2.3.2.
3. Propusemos investigar a operacionalização empírica do constructo traduzida pelo encontro *das subdimensões* na avaliação da situação quotidiana de cada resiliência particular.
 - 3.1 *Construímos um questionário, RES*,¹⁶³ de recolha de dados através de autodescrições significativas na área de investigação. Baseámo-nos nos 15 indicadores da lista de verificação de Grotberg (1995), no campo Eu Tenho, Eu Sou e Eu Posso, sua linguagem de resiliência.

2.^a Fase

- 3.2 Aplicação de RES de uma 1.^a vez a um universo de 125 alunos do 1.º ano do Ensino Superior, jovens adultos.
 - 3.2.1 Realização de uma *análise de conteúdo* com a formação de 40 itens, que actualmente fazem parte dos *Gráficos IIa e Quadros IIId*.
 - 3.2.2 Obtenção do perfil das subdimensões, que se foram clarificando, para o nível de resiliência nas três dimensões *hardiness*, de Kobasa (1979). Agrupamento dos itens em indicadores, por cada subdimensão.
 - 3.2.3 Verificação das diferentes contribuições dos indicadores.
 - 3.2.4 Definição do nível de resiliência (com indicadores e MNI's): registo geral no *Quadro Ic - Definição da Classificação em Resiliência bem como Quadros Ia - Definição/Relatório, Ib - Definição mais simples* e registos individuais no *Quadro IIId - Intensidade e Classificação Prospectiva*.

3.^a Fase

- 4 Nesta fase, de um a três anos, num estudo *longitudinal e prospectivo de 7 casos*, é validado o modelo e a sua operacionalização empírica *aplicando RES e outros instrumentos de avaliação de recolha de dados complementares, através da possibilidade de uma leitura coerente de dinâmicas da reconstrução quotidiana da resiliência particular (daí a possibilidade de variação)¹⁶⁴; da verificação de uma correlação entre a variação do nível de resiliência e o grau quotidiano de dificuldade sentida; e da correlação entre as 3 dimensões, concluindo pela existência de um só constructo, neste caso, de resiliência. Fez-se a avaliação em 2 ou mais momentos.*
- 4.1 Após a aplicação do instrumento *RES*, em cada caso, é realizada uma análise de conteúdo registada no *Quadro IIId*, mas também no *Gráfico IIa - Análise de conteúdo em RES*, na *Descrição Pormenorizada, IIb e na Descrição Esquemática, IIc*. No *Quadro IIId* regista-se também a aplicação de outros instrumentos de avaliação como FIPE, PCM, entrevistas, Compquest, por exemplo.
- 4.2 Obtiveram-se 3 *Gráficos* individuais do *nível de resiliência: global, por dimensão e por subdimensão*.
- 4.3 Obtiveram-se possíveis dinâmicas da reconstrução quotidiana da resiliência individual, com registo no *Quadro III – Registo de Possíveis Processos/Dinâmicas*.
- 4.4 Fez-se a análise comparativa de conteúdos em diferentes tipos de instrumentos de avaliação resumida nos *Quadros IIIa*, com indicação de uma 1.^a e 2.^a função em *RES*.
- 4.5 Foi elaborado um *Quadro IV Correlação entre dimensões*, resultante da análise, por dimensão, da variação dos registos individuais.
- 5 Realizou-se a análise diacrónica e sincrónica dos dados obtidos, aferindo o modelo e instrumento construídos, bem como a possibilidade de uma leitura coerente de dinâmicas através da variação dos níveis de resiliência obtidos e acontecimentos quotidianos significativos, que passaremos a expor. Esta análise de uma dinâmica é feita numa atitude científica da verificação da coerência de uma proposta.

CAPÍTULO 4

CAPÍTULO 4

Apresentação e Análise Diacrónica de Dados

Faz-se a apresentação e análise diacrónica dos dados do estudo de casos, apoiada também por gráficos e quadros. A descrição individual consta de 9 pontos. Uma primeira apresentação do caso através do seu resumo, seguida da justificação da análise apresentada: **1.º**- Resumo (1 frase que identifica o caso em estudo; o seu perfil nas 3 dimensões; uma interacção entre o indivíduo e o contexto; e a sua evolução); **2.º e 3.º**- Introdução através de 3 gráficos e uma sua simples leitura: classificação global em resiliência, por dimensão e subdimensão; **4.º**- Inserção do Gráfico da Classificação em RES podendo constatar-se a fidelidade/consistência das autodescrições longitudinais e prospectivas; **5.º**- Pela variação da avaliação associada às situações significativas, são sublinhadas fases e outros realces específicos dos registos de cada caso em estudo; **6.º e 7.º**- Num Quadro é apresentado o registo de possíveis processos e num segundo, surgem possíveis processos aquando o registo em diferentes instrumentos de avaliação; **8.º**- O novo Quadro exprime, na evolução do caso, a correlação entre as 3 dimensões; e num último ponto, no **9.º**- expõem-se exemplos da classificação obtida (em anexo, sobre esta classificação, existem Quadros Esquemáticos, e a respectiva Descrição Pormenorizada, bem como os quadros com classificação, Quadros IId).

A classificação em resiliência é realizada só com dados do instrumento RES. Os outros instrumentos de avaliação servem para apoiar e enriquecer a nossa leitura individualizada de possíveis dinâmicas em resiliência.

4 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DIACRÓNICA DE DADOS

Para clareza da apresentação nem todo o resultado da análise de dados figurará no texto principal. Optou-se por pôr, em anexos deste capítulo, a análise de conteúdo mais extensa, e neste texto, exemplos das classificações obtidas para transparência das opções. Esta avaliação em resiliência tem como base a análise directa de conteúdo que se encontra no *Gráfico IIa* e se apresenta na análise sincrónica de dados para coadjuvar a fidelidade, mas também na diacrónica, para explicitação da individual e constante escolha dos mesmos itens nas autodescrições. Quanto à análise de conteúdo de cada caso foi realizada uma descrição, com classificação, traduzida pelos *Quadros* e Descrições I Ib, I Ic e I Id, que são essenciais para obtenção e expressão completa do nível de resiliência, mas figurarão em anexo, colocando-se no texto principal o resultado dos níveis obtidos e um exemplo para a explicitação dos mesmos, acima referida. Em *anexo* (do capítulo 4), *1.º surge*, I Ib- Descrição Esquemática (função das dimensões e subdimensões através dos dados de RES e pesos); *posteriormente* I Ib -Descrição Pormenorizada, baseada na anterior descrição e por vezes enriquecida com dados de outros instrumentos de avaliação (lidos através da grelha Descrição Esquemática: classificação por cada indicador (associado a um determinado máximo nível i (MNi), com pesos empíricos externos); Todos os dados ficam sintetizados no *Quadro I Id - Classificação Prospectiva*, que se apresenta na parte final dos anexos de cada caso estudado.

Neste texto principal, a apresentação dos dados do estudo de casos faz-se individualmente. É a seguinte, a razão subjacente à sequência da exposição diacrónica: numa metodologia de estudo de caso, é necessário colocar inicial e concretamente a justificação da escolha

daquele caso, descrevendo particularidades do mesmo. Tendo como objectivo a compreensão de processos (utilizando um estudo longitudinal), como foi a nossa opção metodológica, os casos em estudo foram aleatórios (excepto um, justificado anteriormente). Interessava qualquer caso, desde que tivessemos elementos para análise dos processos em causa. No entanto inicialmente, fizemos uma pequena exposição do caso através de *uma frase* e de *um resumo* do mesmo, pois na análise diacrónica interessou-nos perceber o caso (por isso o resumo), mas também justificar esse resumo (razão da existência da restante exposição diacrónica): assim e de novo, primeiramente surge o resultado da classificação, *Gráfico da Resiliência Global* e sua variação, e depois uma rápida justificação, auxiliada pela classificação obtida e representada nos *Gráfico na Resiliência por Dimensão e Subdimensão*, e alguns pontos da classificação minuciosa registada nos *Gráficos IIa*. Com estes últimos gráficos (cujas designações dos 40 itens se encontram em anexo de cada caso estudado, *e.g.*, nos Quadros IId) podemos verificar, para a mesma pessoa, a consistência (os próprios subtítulos dos Gráficos realçam este aspecto) que a análise de conteúdo longitudinal pode revelar (para além da fidelidade, melhor observada na análise sincrónica). Aqui, pode ser observada a escolha dos mesmos itens para a autodescrição e até por vezes com a mesma intensidade passado um ou mais de dois anos! A autodescrição é aberta, no entanto a mesma personalidade escolhe normalmente os mesmos itens (e não outros). A este facto, designámos por consistência de resposta (este termo surge no subtítulo dos Gráficos IIa)¹⁶⁵.

Seguem-se então alguns *realces* do caso em estudo, em que também se apontam as fases do mesmo, e a construção do seu título pretende resumir a justificação atribuída à variação sentida e escolhida para fazer parte da autodescrição (no caso em estudo).

Finalmente são analisados os processos e dinâmicas que podem ser apontados no decurso do estudo longitudinal através da aplicação do modelo e instrumentos de avaliação construídos. Os Quadros III e IV são disso exemplo. A análise é realizada através da variação dos itens em função da linguagem resiliente de Grotberg (Eu Tenho, Eu Sou e Eu Posso) tentando encontrar uma articulação do puzzle específico, nestas dimensões, perante impactos quotidianos, registado no Quadro III, e posteriormente em desafio, compromisso e controlo, Quadro IV, analisando-se a correlação entre as dimensões de Kobasa. (Aspectos de maior pormenor em relação à dinâmica/impacto são realizados na análise

sincrónica, verificando uma valiação mais profunda do constructo ao utilizar os Quadros IIIa, que surgem nesta exposição).

Assim, o texto principal inicia-se:

em 1.º lugar, com um resumo. Este consta de uma *frase global* que pretende referenciar o caso, seguindo-se a apresentação *do perfil* em função do desafio, compromisso e controlo, de uma *interacção que o puzzle e contexto permitem* e de uma *evolução* registada e avaliada;

em 2.º lugar, e como introdução, segue-se *uma sucinta leitura dos gráficos correspondentes aos níveis de avaliação em resiliência* obtidos, associados aos 3 níveis da classificação e que são apresentados

em 3.º lugar: *três Gráficos* do nível de resiliência *Global*, por *Dimensão* e por *Subdimensão*; continuando a apresentação,

em 4.º lugar, encontra-se *o Gráfico IIa -Análise de Conteúdo Prospectivo* em RES, classificação directa decorrente da análise de conteúdo das respostas a RES (sem pesos relativos às diferentes contribuições das subdimensões); Para lá desta descrição da classificação é feito

em 5.º lugar, um Realce Geral, constituído por registos que nos parecem evidenciar autodescrições com as quais referenciamos cada indivíduo e que se tornam importantes para a compreensão da sua evolução que ficará assinalado nos momentos posteriores das referidas apresentações; segue-se assim

em 6.º e 7.º lugar, respectivamente, o *Quadro III-Registo de Possíveis Processos/Dinâmicas*, e uma descrição de possíveis dinâmicas, interpretação das autodescrições relativa à consistência (na autorelação) e coerência, entre o sujeito e as situações que lhe são significativas. O conteúdo em estudo também é avaliado através da análise de outros dados. Esta relação entre registos em diferentes instrumentos de avaliação é evidenciada nos *Quadros IIIa* que exprimem o que designamos por 1.ª e 2.ª função, relação plausível entre o conteúdo da expressão pessoal (em RES e noutros tipos de documento), a resiliência individual e específica no momento avaliado e o processo em curso;

e **em 8.º lugar**, o *Quadro IV-Correlação entre dimensões* que, ao longo do tempo, evidencia a existência de um único constructo através da simples verificação da referida correlação;

Por fim, **em 9.º lugar**, haverá lugar à apresentação de *exemplos da classificação obtida*. Sublinhamos de novo que a obtenção da avaliação em resiliência é resultado unicamente do registo em RES, Gráfico IIa (e Quadro IId, em anexo ao capítulo 4).

Os instrumentos de avaliação utilizados são RES, PCM, Compquest, PCM e FIPE, explícitos anteriormente.

Pontualmente nesta exposição diacrónica de dados, será realçado a negrito as opções por diferentes tipo de registo, dos sujeitos em estudo. Os dados parecem apontar para uma opção pelo registo em RES de características consideradas como já atingidas e/ou estabilizadas, diferente do relato do processo em curso relacionado com as mesmas características, em que utilizam outros instrumentos de avaliação, como o Compquest. e PCM, o que será resumido nos Quadros IIIa (como acima foi referido).

A nomenclatura usada, para a referência aos instrumentos de avaliação, é a seguinte: Compquest98/8, indica a resposta n.º8 ao instrumento Compquest preenchido em 1998; em RES há o campo Eu Sou, Eu Tenho e Eu Posso pelo que RES97/P3 se refere à 3.ª resposta do campo Eu Posso. Sempre que não houver lugar a dúvidas poder-se-á restringir a notação.

4.1 Rita

4.1.1 Resumo (frase; perfil em desafio, compromisso e controlo; uma interacção entre o puzzle e o contexto; evolução)

Frase

Rita, sensível e activa, parece ser um caso de recuperação resiliente, que acabou de passar por um momento sentido como difícilimo (e de conteúdo não lectivo)!

Resumo do perfil de 1997 em compromisso, desafio e controlo

Na totalidade, Rita em 1997 faz seis auto descrições no documento RES97, mas não deixa de se descrever socialmente através da média aceitação social que refere ter, bem como amigos com quem pode reflectir e divertir-se, existindo pessoas com experiência para recorrer quando necessário. Por outro lado, assinala ter uma boa auto-estima, sendo, no nosso modelo, um importante indicador no compromisso pessoal. Também sublinha um bom autoconhecimento, sabendo do muito que ignora. Quanto ao controlo de si própria ou de uma situação, Rita a nada se refere em RES97, mas, *noutros instrumentos de avaliação, descreve o processo*¹⁶⁶. Nos momentos após o choque *não* continua indefinidamente *inactiva e na defesa* optando por alternativas, como regista, de modo a resolver situações quotidianas. Relativamente ao desafio e flexibilidade¹⁶⁷, igualmente nada indica em RES. Em momentos posteriores ao choque foi encontrando outras soluções, o que, para além da acção já referida e concordante com outras variações¹⁶⁸ registadas em RES, mostra uma *não rigidez no processo de recuperação*.

Uma interacção que o puzzle e o contexto permitem

Pensamos que este modo de estar nos permite detectar um persistente enquadramento de uma grande sensibilidade, realmente explícita 2 vezes noutros instrumentos de avaliação, que no modelo é registada na flexibilidade, subdimensão do desafio. Entretanto, é no

compromisso social que surgiu o choque intensamente sentido e descrito quando comparou os seus registos. A afectividade intensamente vivida teve uma brutal interrupção em 1996/97, com consequências em toda a actividade e em todas as dimensões avaliadas. Faleceu o marido. Em 1997 e em RES, já enunciámos a não existência de indicadores do controlo assim como os relativos à dimensão do desafio. Existe, desde 1997, um importante compromisso pessoal e algum compromisso social.

Os dados obtidos neste estudo de caso indicam a existência de um reajuste através da evolução do binómio da egoresiliência e do egocontrolo, segundo Block. O controlo e a flexibilidade parecem proporcionar o início de uma recuperação com o compromisso pessoal e o apoio social a que tem acesso e que activa, bem como uma grande preocupação de novamente encarar o mundo, tendo encontrado novas crenças e objectivos.

Uma evolução, registada e avaliada

Relativamente aos diferentes instrumentos RES's preenchidos neste estudo de caso, comparando o final com o inicial, pode-se fazer uma primeira análise, sumária, traduzida numa descrição no EU POSSO muito mais extensa e activa e, uma maior descrição no EU SOU, em RES2000. No EU TENHO, confirma-se a importante área da amizade sentida pela Rita¹⁶⁹, também o sendo para o processo em estudo.

Numa segunda análise, verifica-se que o controlo automaticamente 'fechou' tanto para o alcance dos seus objectivos essenciais como dos menos desejados, concretizando uma insensibilização continuada e posterior passagem à iniciativa, mas, em 2000, verifica-se que só há aceitação dos desafios de que se julga capaz. Esta acção, com ultrapassagem da imobilidade, deve ter sido importante motor para posterior consciencialização das realidades e construção de opções que regista em instrumentos de avaliação mais descritivos. Vive actualmente com diferente intensidade o optimismo, atitudes e crenças. Verifica-se que a articulação do puzzle e do contexto, com esta vivência anteriormente citada, parte do compromisso pessoal e, para lá do compromisso social, também confirmado como importante em 2000¹⁷⁰, regista-se o ressurgimento da dimensão desafio com diferentes graus de sensibilidade e uma forte abertura interior¹⁷¹ desde 1998, bem como da dimensão do controlo bem estruturada (com expressão em diferentes itens). Este perfil, na saída do impacto, igualmente parece congrega todas as suas forças numa resolução (construtiva) de problemas adversos, em 1998 e 2000, e o registo do *locus* de

controlo interno surge em 2000. A correlação entre todas as dimensões parece extensa, como se confirma no Quadro IV. O indicador da sensibilidade não está descrito em RES97, e em 1998 e 2000 tem valor negativo, talvez por ser uma capacidade que foi fortemente atingida pelo processo do choque. **Em RES** a palavra desafio nunca é escolhida (só é utilizada, com muito cuidado, em 2000 nas respostas a **Compquest**).

O processo resultante parece utilizar: primeiro, o apoio social e, posteriormente, o sentir da responsabilidade pelos resultados positivos e negativos da sua história, associado ao concomitante enriquecimento do EU SOU, possibilitado pela existência de flexibilidade no processo.

Talvez o tipo de compromisso pessoal que registou, o médio compromisso social e talvez mínima flexibilidade, criaram nova preocupação bem como outras crenças, renovadas atitudes e reconstrução de um optimismo, através de um importante apoio social, maior segurança pessoal e uma maior aceitação do desafio com um activo e apropriado domínio e controlo emocional. Nesta recuperação, regista-se uma sua expressão mais intensa em 1998 e um aumento de valor e mais tranquila segurança em 2000.

4.1.2 Introdução-Leitura sucinta dos Gráficos da Avaliação em resiliência¹⁷²

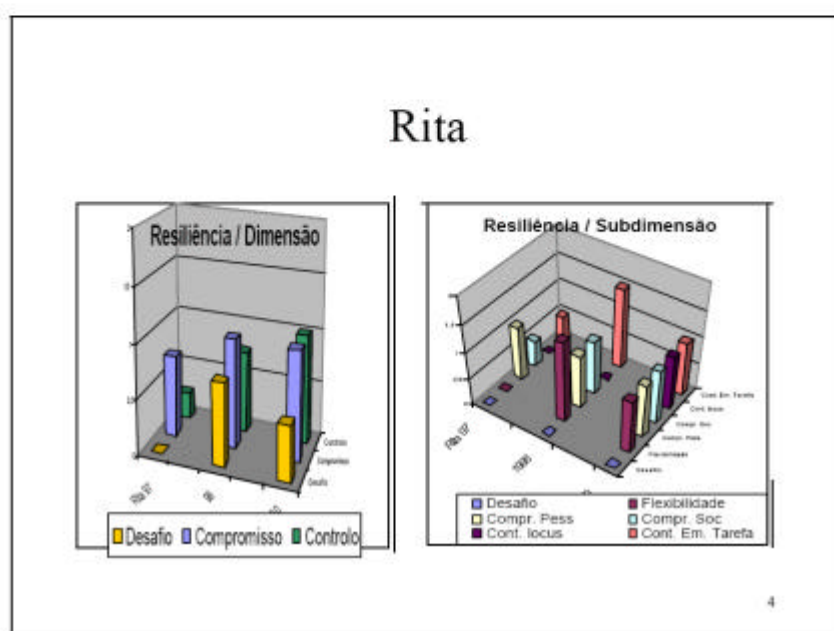
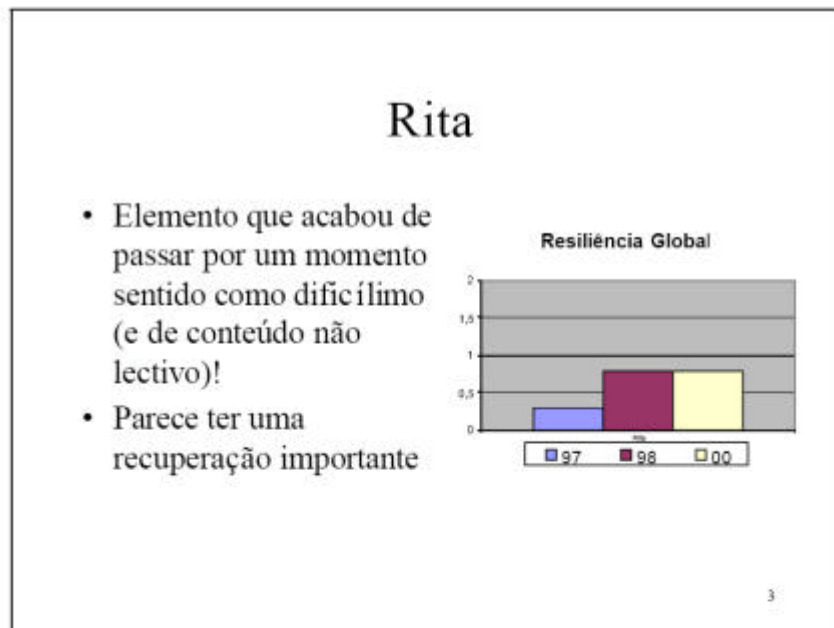
1) As 3 avaliações da resiliência global realizadas neste estudo de caso, nunca atingem o valor médio e o nível obtido em 1998 e 2000 é semelhante (gráfico da Resiliência Global); a avaliação na subdimensão desafio é sempre zero, pois nunca toca na palavra ‘desafio’ (gráfico da Resiliência por Subdimensão).

2) O valor da resiliência, semelhante em 1998 e 2000, tem diferente justificação que pode ser observada nos 2 gráficos, por Dimensão e Subdimensão. Em 1998 o desafio é maior (barra amarela) e o controlo é menor (barra verde), sendo o compromisso semelhante (azul claro). Pelo Gráfico das Subdimensões e partindo de valores de 1998, vemos que o *locus*

de controlo subiu (penúltima barra), enquanto que diminuiu a exuberância na resolução de problemas (barra laranja - a última), levando, globalmente, ao referido aumento do controlo. Quanto à subdimensão da flexibilidade (barra grená), que contribui para a dimensão do desafio, o seu valor regista a menor exuberância em 2000, relativamente a 1998.

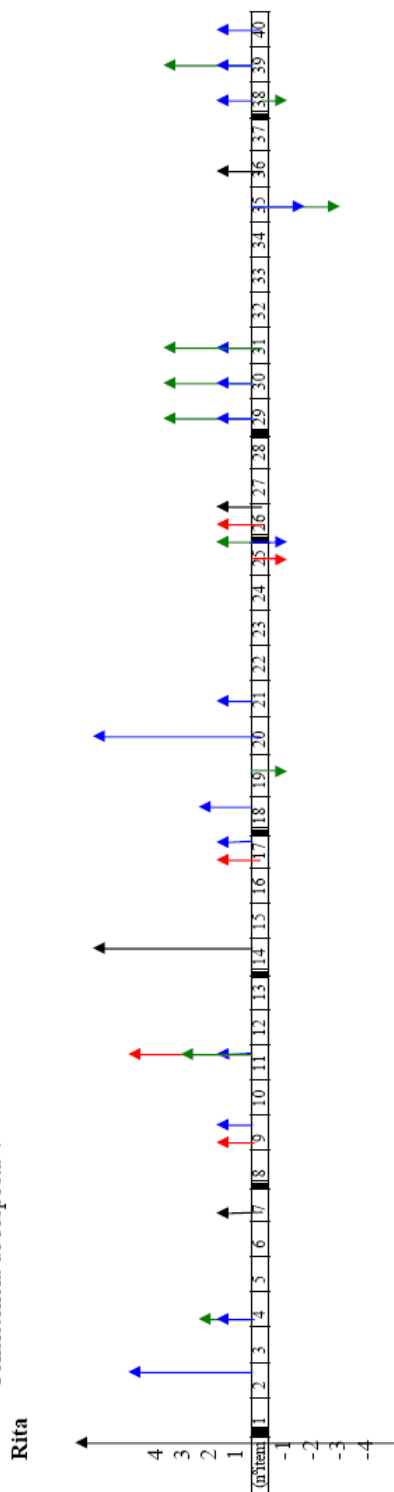
3) A Rita sofre uma brutal adversidade e consegue uma recuperação (até bem estruturada, como veremos, porque se descreve nas 3 dimensões e em indicadores de importante peso), sendo portanto resiliente. No entanto, o modelo subjacente à classificação é exigente. A sua elaboração tem subjacente a autonomia na resolução de problemas e a descentralidade de acção numa actividade concreta, bem como uma fácil/segura inserção social e manipulação da palavra desafio. O valor atingido em resiliência estará especialmente explícito na Descrição IIb- Descrição Pormenorizada da Classificação¹⁷³, em anexo, e em exemplos apresentados na parte final da descrição diacrónica deste estudo de caso.

4.1.3 gráficos da Resiliência de RITA: Global, por Dimensão e por Subdimensão



4.1.4 gráfico IIa - Análise de Conteúdo Prospectivo em RES

Gráfico II a- Análise de Conteúdo Prospectivo em RES's (sem ponderação externa)



Resposta: \rightarrow intensidade do item/subdimensão em RES1998; \rightarrow igual intensidade do item/subdimensão em RES1998 e 2000; \rightarrow intensidade do item/subdimensão em RES1998 e 2000; \rightarrow intensidade do item/subdimensão em RES2000. *Em resposta aberta, passados 3 anos e perante 40 itens, verifica-se a escolha dos mesmos e, por vezes, com a mesma intensidade.

Dimensão	Desafio	Compromisso	Controlo
Subsistência	Flexibilidade abertura mudança	Compromisso Pessoal actividade	Compromisso Social
Desenvolvimento		CET	CT CE

4.1.5 Realces Gerais

Rita

1996/7-	fase 0	choque profundo	- “(...) <i>era tudo escuro</i> (...)”, (Compquest ¹⁷⁴ /6)
1997-	1.ª fase	da recuperação	- <i>fecho pessoal com auto-estima e actividade social</i>
1998-	2.ª fase	da exuberância	- flexibilidade; alguma exuberância; boa orientação pessoal, social e de tarefa
2000-	3.ª fase	do maior sossego segurança	- <i>calma; com segurança na tarefa; locus de controlo interno; “não e gosta de fazer sozinha mas tem de conseguir”</i>

Realça-se primeiro as diferentes fases acima mencionadas, consideradas neste estudo de caso, baseadas nos dados registados no Gráfico IIa- Análise de Conteúdo Prospectivo em RES¹⁷⁵, parecendo existir uma coerente evolução das características descritas. As designações devem-se, sumariamente, a alguns aspectos que se podem observar no Gráfico IIa: os registos a verde, referentes a 1998, assinalam uma maior intensidade em bastantes indicadores, e em 2000, a par da menor intensidade, verifica-se o surgir do *locus* de controlo interno (indicador n.º 40), e frontalidade (indicador n.º 21), continuando a registar-se a existência de controlo emocional (indicador n.º 39). Esta é a justificação sumária da designação de “exuberante” para a 2.ª fase e de “segurança e maior tranquilidade” para a 3.ª fase.

Elegemos sete realces pontuais. Rita sofreu um choque **fortíssimo** antes da avaliação em RES tendo ficado **inactiva**. Em 1997, regista sentir auto-estima e é activa; em 1998, apresenta-se como bastante flexível, e a sensibilidade surge mais tarde que o indicador de “ver o positivo na situação difícil”; Na 2.ª fase descreve-se com actividade e bem determinada; relativamente à sua relação com a envolvente social não é uma pessoa extrovertida, sendo definida como gregária e, em 2000, apresenta-se já com frontalidade controlada, inferindo-se ter sentido que adquiriu uma não timidez social. É uma pessoa que não se isola, e não parece demasiadamente dependente do suporte social. Controla-se e aceita as chamadas de atenção dos amigos sobre o seu abrir da sensibilidade, depois da rigidez que a egresiliência impôs aquando o choque.

1) Exprime-se na 1.ª fase, logo em 1997, com a auto-estima

“Tenho uma boa auto-estima (sabendo de muitas limitações)”, RES97/S8.

É com pouca intensidade mas, no nosso modelo, é um factor bem importante. Rita acabou de passar por uma situação por ela entendida como difícil (1996/97). Vejamos como ele a descreveu:

“Deixei de entrar num solo religioso (qualquer)/ Não acreditava/ Não brincava/ Era tudo escuro/ Não decidia”, (Compquest/6).

Nesta fase, este elemento diz que

o seu “(...) modo de estar era negativo a 100%, não ria, não sentia o cheiro do amanhecer nem do anoitecer. As situações difíceis eram resolvidas com choro”. Foi tanto “(...) que me fazia sentir uma criança”, Compquest/7.

Mas não ficou assim eternamente. Rita actua:

“Arranjei alternativas para lutar contra estes sentimentos (...)” (Compquest/7).

Pouco tempo passado, na recuperação e na 1.^a fase, é de realçar, no nosso modelo, o registo da auto-estima, acima referido, e actividade, e.g.,

“tenho amigos com quem posso divertir-me”, RES97/T7

para além do suporte social, de registo pouco intenso

“Tenho um grupo de amigos que no essencial pensam como eu”, e “Tenho uma pessoa com muita experiência a quem posso recorrer”, ibidem/T2,4).

2) Parece ter um perfil não extrovertido¹⁷⁶

“ Não sou muito extrovertida”, RES98/P6

3) Para o nosso modelo é de grande realce a escolha da Rita do indicador de ver o positivo no difícil

“Perante a adversidade interrogo-me sobre os aspectos positivos que essa situação pode ter em mim ou nos que me estão próximos”, RES98 e 2000/S11

que a exigência da sua flexibilidade parece impor. A capacidade de resiliência aliada a este indicador é muito importante, estando a sua justificação enunciada na operacionalização da avaliação em resiliência.

4) Parece-nos bastante flexível, com certeza com uma história favorável neste sentido, nomeadamente de sensibilidade. De notar que: 4.1.^o, o choque, profundamente sentido, estava relacionado com a

“(...) ausência afectiva (...)”, Compquest/7,

o que também levará ao 2.º ponto; 4.2.º, não há nenhum registo de flexibilidade em RES/97. 4.3.º, em RES98 e RES2000 há um pequeno registo de sensibilidade,

*entendendo-o negativo, diz “Percebo mais ou menos os sentimentos dos outros”, RES98 e 2000/P5
em parte entendendo-o negativo, refere “com facilidade me dou aos outros (, mas falta-me tempo para o
fazer para além da família)”, RES2000/P4;*

4.4.º, mas também **em RES98 e 2000** verificamos que Rita apresenta uma flexibilidade enorme: encontra aspectos positivos na situação difícil, anteriormente mencionado no realce 3) e também expresso *noutros instrumentos de avaliação*¹⁷⁷

a situação difícilima “(...) trouxe aspectos novos e positivos(...)Compquest/R7”.

Sendo a sensibilidade intensamente abalada, propomos que a flexibilidade deste elemento, por arrasto, é objecto de um grande choque, mas pelo grau da sua história e perfil de actividade, a flexibilidade volta a exercitar-se, e, desde 1998, sente-se suficientemente segura, dizemos nós, para registar o conteúdo deste indicador (RES/S11) *em RES (como atingido)*¹⁷⁸.

5) Também na 2.ª fase da recuperação podemos verificar a actividade podendo-a descrever como bem determinada (RES98 e 2000)

*“enfrento (...)”, RES98,2000/P10,
e justificado o processo noutro tipo de instrumento
“ (...) mas tem de ser”, Compquest/2.*

6) Relativamente à envolvente social queríamos reflectir sobre duas vertentes: gregariedade e suporte social.

6.1) Definimo-la como gregária, utilizando o nosso modelo. Sente-se bem na sociedade mas não nos parece ter grande facilidade de inserção social. Primeiro não é extrovertida, realce 2); refere só ter média aceitação social (RES's/P3)¹⁷⁹; tem pessoas com que se pode divertir (RES97,2000/T7), em realce 1). Só toca na proposta de “frontalidade” com controlo em 2000, a que associamos um nível superior de compromisso social

“sou frontal (estou a aprender a ter bom senso neste campo)”, RES2000/P7.

Portanto gosta, propõe-se e/ou tem à vontade mínimo para estar em sociedade. Por outro lado, embora registe uma auto-reflexão profunda, também nos 3 instrumentos RES, desde o início do choque se verifica que não se isola, realçado em 1).

6.2) Para além de se divertir, o registo do EU TENHO¹⁸⁰ é feito sempre com intensidade mínima nos 3 instrumentos RES

“Tenho um grupo de amigos que no essencial pensam como eu”, RES97 e 2000/T2; realce 1)(p^a se divertir)RES97 e 2000/T7; “Tenho uma pessoa com muita experiência a quem posso recorrer”, RES97/T4, “Tenho uma família, rodeia-me a amizade”, RES98/T1.

Para explicitação do processo convém utilizar outros instrumentos de avaliação, como o Compquest. Neste, realçávamos dois momentos: a utilização “directa” dos amigos e família para sair do choque

“(…) Arranjei alternativas para lutar contra estes sentimentos com a ajuda directa da minha família, e dos amigos (…)”, Compquest/7 pg3,

bem como o conselho, a chamada de atenção, podendo clarificar e reorientar a sua acção

“(em 1997 o meu modo de estar era 100% negativo...). Esta experiência trouxe aspectos novos (positivos...) e negativos em relação à sensibilidade que vão melhorando com a chamada de atenção das pessoas que me rodeiam., Compquest/7 pg4.

A esta reflexão associamos o perfil de auto-estima. Parece não estarmos perante uma segurança pessoal muito alta. No entanto, os registos em PCM e FIPE parecem referir-se à existência de uma dependência em relação aos Pais

“neste momento não sei o que seria sem eles (...)”, PCM98/Pais,

mas Rita diz também que

“Não gosto, mas tenho de conseguir [resolver sozinha]”, Compquest2000/4.

Julgamos estar aqui um traço muito importante deste momentâneo perfil. Não nos parece demasiado dependente do suporte social.

7) Controla-se emocionalmente (RES1998 e 2000/P8 e em Compquest/3). Na última avaliação julgamos ter um controlo saudável pois de novo vive situações mais intensamente

“Este ano está diferente no que diz respeito à minha maneira de ser(...). Existem situações que já são vividas mais intensamente (...)”, Compquest2000/8.

Em RES97 não se refere ao controlo emocional. Depois da falta de controlo passou para um controlo demasiado forte que, com a chamada de atenção dos amigos, vai diminuindo:

o choque trouxe “(...) aspectos negativos também no que diz respeito à sensibilidade que vão melhorando com a chamada de atenção das pessoas que me rodeiam” (Compquest2000/7).

Também aqui e no Quadro IIIa, serão resumidos alguns diferentes registos em diferentes tipos de instrumentos de avaliação, RES e outros.

Assim, vamos sintetizar o 1.º momento da avaliação com três instrumentos. Em 1997, vejamos¹⁸¹ a avaliação em RES (0,3: 0,00/0,75/0,25), FIPE (2/3/3-) e PCM (1,5, média 1,42) de 1997. Rita obteve 2/3/3- (no nível A/B/C/D) e 1,5 em PCM. Estes resultados em FIPE e PCM apontam para se auto descentrar de si (nível C), portanto com flexibilidade, também verificada em PCM (1,5). Estes factos não são registados em RES97: falta de registo na dimensão do desafio/plasticidade (subdimensão do desafio e da flexibilidade)¹⁸². Julgamos que o não registo da flexibilidade tem a ver com o tema questionado em RES, a adversidade. Este elemento da população efectivamente assinala um choque difícil de dimensionar pela sua profundidade, ficando a plasticidade sem registo (em Compquest. descreve esta protecção natural do que designamos pelo fecho do seu egocontrolo pelo exercício da egoresiliência, ficando rígida¹⁸³).

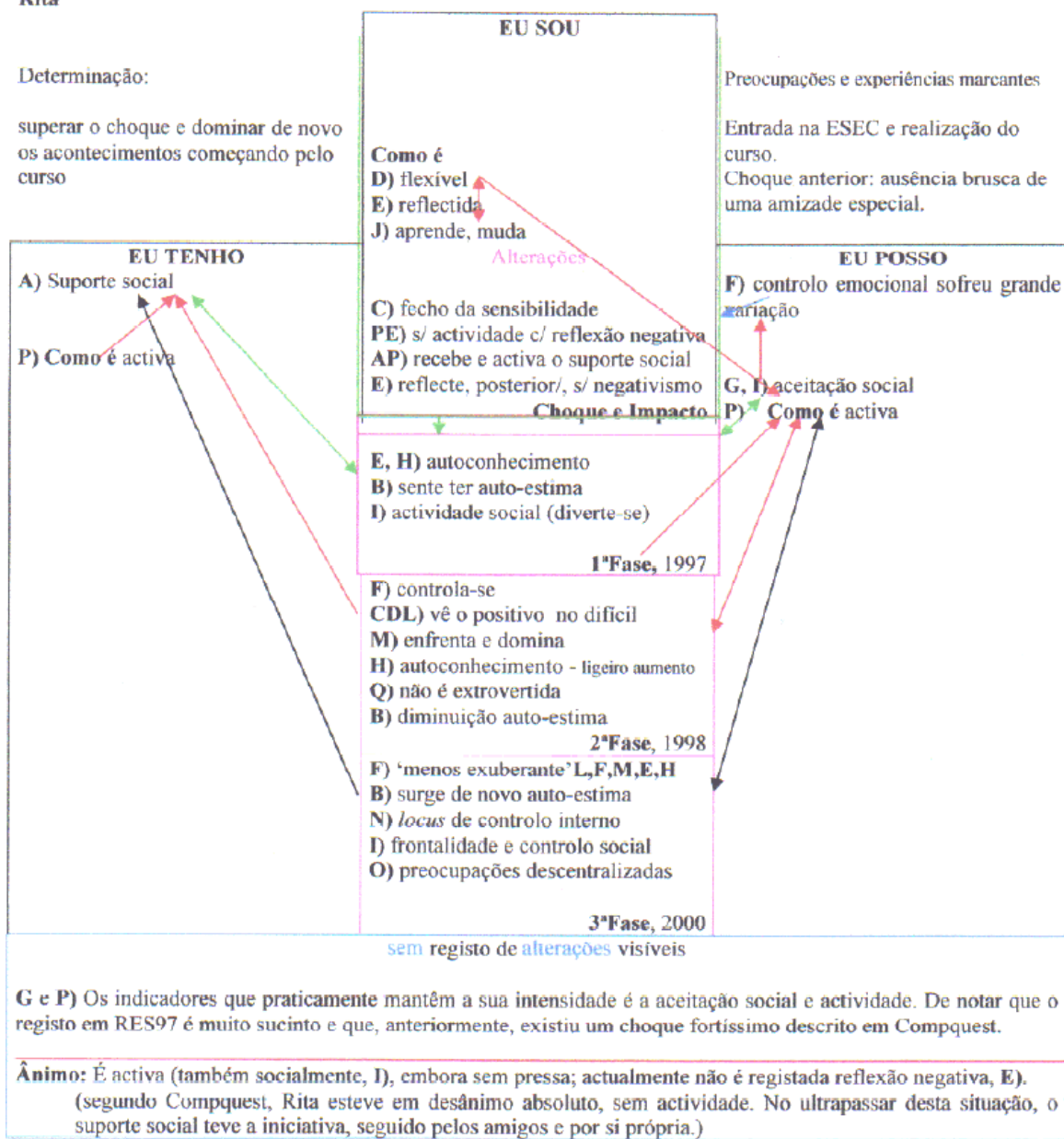
É possível fazer uma leitura da relação entre as diferentes avaliações em FIPE, PCM e RES. (sublinhamos que em PCM o valor é constante, 1,5 (1,42 de média): sem necessidade de independência).

Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas

Rita

Determinação:

superar o choque e dominar de novo os acontecimentos começando pelo curso

**Legenda**

EU TENHO, SOU e POSSO: algumas das facetas aquando o choque, A-G (outros documentos) e características registadas ou directamente inferidas em RES em 3 momentos de avaliação após o choque (s/ J).

Dados em [] são de Compquest.

Alterações em RES [] : [] Dinâmicas após fase zero; [] Dinâmicas para o reajuste da 1ª fase; [] Dinâmicas para a 2ª fase do reajuste; [] Dinâmicas para o reajuste na 3ª fase. Δ, variação.

PCM é um instrumento de avaliação de D. Hunt; RES é um instrumento para avaliação da resiliência, por nós elaborado. Aplica-se também um questionário semi-aberto, comparando documentos, Compquest.

4.1.7 Registo de possíveis Processos/Dinâmicas

Rita

Fase 0, a do choque

“Deixei de entrar num solo religioso (qualquer)
Não acreditava
Não brincava
Era tudo escuro
Não decidia”
Compquest/6

“O meu modo de estar era negativo 100%,
não ria,
não sentia o cheiro do amanhecer nem do anoitecer,
as situações difíceis eram resolvidas com choro” foi tanto
“(…) que me fazia sentir uma criança”
Compquest/7

Tocou ‘no fundo’.

Sabemos algo de como se sente no choque bem como posteriormente. Propomos uma dinâmica para o processo de recuperação.

Do modo como esta estrutura humana e a envolvente, identificadas pelas características inferidas **A-G**, colidiram com diferentes facetas da situação de choque sofrida, iríamos fazer sobressair as alterações caracterizadas de **H-P**, bem como anteriores alterações. **A)** activação do suporte social; **P)** actividade, no EU TENHO. **B)** auto-estima; **C)** sensibilidade; **D)** Flexibilidade; **H)** autoconhecimento; **J)** aprendizagem e mudança; **L)** realce positivo no difícil; **O)** preocupações descentralizadas, no EU SOU. **E)** reflexão; **F)** controlo emocional; **G)** aceitação social; **I)** actividade com os outros; **M)** determinação e domínio; **N)** *locus* de controlo interno; **Q)**; não extrovertida, no EU POSSO. Ver Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas deste estudo de caso, e Quadro IV, Correlação entre dimensões.

O nosso sublinhado: com o maior realce pode ser verificado como, depois de tal choque, neste caso registou como **atingido**¹⁸⁴, no que identificámos como a 1.ª fase da recuperação, o ter auto-estima (RES97/S8), bem como actividade, por exemplo, “diverte-se com os outros” (RES97/T7). Mas tinha tocado ‘no fundo’.

Ao reler o nível das suas atitudes, sensibilidades e decisões, na fase 0, que a resposta com Compquest permitiu conhecer, diremos de novo, que tocou ‘no fundo’! Mas a sua descrição não é só o “escuro”; descreve também a sua sensibilidade, crença e decisão e mesmo resolução dolorosa de tarefas “(…) as situações difíceis eram resolvidas com choro”

(Compquest/7). Mas com flexibilidade e acção concreta, orientou as suas escolhas com uma nova preocupação:

“Encarar o mundo novamente”, Compquest/6

e nova crença

“(…) tenho de conseguir fazer sozinha”, Compquest/4,

pondo de lado outros objectivos,

“(…) importância das coisas”, Compquest/8pg4,5.

Anteriormente considerámos 3 fases: a 1.^a fase vem revelar o registo do importante compromisso pessoal (auto-estima) **B**), tendo também descrito uma gregariedade não muito fechada, podendo divertir-se também com os outros, **I**). Igualmente relembávamos que é na subdimensão do compromisso social que o choque se manifestou.

Segundo o registo em Compquest e alguma perspectiva teórica, nesta evolução analisam-se 5 pontos que passamos a enunciar (ver também Quadro IIIa): **1.º ponto-** A natural defesa após o choque fez desaparecer as expectativas do nível das diferentes características pessoais e o concomitante fecho sobre si próprio, do ser pessoa por si realçado no modo como “tocou no fundo”. Esta dinâmica que o egocontrolo de Block proporciona é espontânea, existe sempre num ser saudável. Evidencia-se como fazendo parte da

Quadro IIIa - Registo em RES e noutros instrumentos de avaliação, por exemplo, Compquest.

Rita

Análise de 5 pontos	1) Actividade e Unidade (pelo menos biológica)	2) Resolução de problemas	3) Sensibilidade	4) Reflexão não ruminativa	5) Controlo emocional
1996/97 fase 0	Compquest: Sem actividade, c/ unidade; Um pouco mais tarde, com actividade	Compquest: Dolorosa; com alternativas	Compquest: Insensibilidade, aspectos negativos	Compquest: 100% negativo; mais tarde reflexão	Compquest: Sem controlo
1997 1. ^a fase	Alguma actividade social em RES	Não há registo em RES	Não há registo em RES	em RES há autoconhecimento	Sem registo em RES
1998 2. ^a fase	Registo + geral e intenso de actividade em RES	em RES há um registo positivo (e + intenso)	em RES há um registo negativo	em RES há mais intenso autoconhecimento	O registo em RES é positivo
2000 3. ^a fase	Registo geral de actividade em RES	em RES há um registo positivo	em RES é negativo. Compquest: mais sensível, com ajuda de amigos	em RES há autoconhecimento	O registo em RES é positivo
Em RES surge o locus de controlo interno; e a frontalidade controlada					

Legenda: 1.^a função- igual registo em diferentes tipos de instrumentos de avaliação; 2.^a função- diferente registo em diferentes tipos de instrumentos de avaliação, em que tentamos indicar a respectiva justificação da resposta em RES.

sobrevivência do ser com possibilidade de ter algum nível de consciência, no sentido de Damásio 2000, e a unidade, pelo menos biológica. Faz parte da sobrevivência também do animal (Damásio, 2000).

2.º ponto- Parece que o início da reposição do ritmo quotidiano (Vaz Serra, 1988), se faz também com a resolução de problemas, no campo EU POSSO, dizendo resolver as situações, embora dolorosamente e, logo a seguir “(...)Arranjei alternativas para lutar contra estes sentimentos” (Compquest/7 pg4¹⁸⁵). Mais à frente refere que a maior parte dos desafios são ultrapassados,

“(...)o que contribui para a evolução do meu bem-estar ou não, para a consciencialização do meu caminho”, idem/8 pg4.

De notar (ver Quadro IIIa) que esta resolução de problemas, que na fase 0 não é silenciada na resposta a Compquest, surge em RES, só na 2.ª fase, e com toda a intensidade, nos seus múltiplos aspectos: sente a adversidade, enfrenta e não desiste, encontrando uma solução

“ Quando sinto a adversidade muito importante, enfrento-a e vou até ao fim, encontrando uma solução”, RES98/P10.

Este modo de estar não é esquecido na 3.ª fase, embora registado com menor intensidade. Para nós, por outro lado, o perfil não silenciado da resolução de problemas surgiu como atingido com muita força na 2.ª e 3.ª fases; **De notar também** que, depois do choque, em RES não surgiu imediatamente, só passado algum tempo e com intensidade diferente (ver Quadro IIIa).

3.º ponto- A sensibilidade, **C)**, é outra faceta mais difusa da flexibilidade **D)**, também inscrita no nosso modelo e reflectido anteriormente. Rita escreve noutros instrumentos de avaliação que

“(...)Esta experiência trouxe (...) aspectos negativos também no que diz respeito à sensibilidade (...)”, em Compquest/7.

Em RES1998 e 2000, **mais tarde**, e com valor negativo, também podemos observar o seu registo (ver Quadro IIIa). É necessário tempo para que apareça em RES. Surge pois uma autodescrição em **RES** só quando sente a característica assumida e ‘há espaço’ para o fazer.

4.º ponto- Outra característica importante é o hábito de reflexão, mas não “ruminativo”, **E)** necessário para uma aprendizagem mais consciente **J)**. Com este tipo de reflexão e posteriormente ao choque, existem registos em todos os 3 RES’s sobre o

autoconhecimento, mas, *e.g.*, em 1998, diz que sucede frequentemente (RES98/S7) e temos assim um registo mais intenso. Este tema também é referido em Compquest

*“(...) O meu estado interior está em constante evolução”
e numa reflexão quiçá mais profunda, diz que a “Razão da nossa essência é posta em causa”
(Compquest/7pg5).*

Não é só senti-lo, mas descreve-o. Expressi-lo é um indicador da existência da reflexão de Rita, que não se mostra ‘ruminativa’ mas construtiva, como pode ser observado

*na “(...) consciencializa[ção/r] do meu caminho. (...)”
(um dos desafios é que) antigamente dava muita importância às coisas, hoje não (o sublinhado é seu...)”,
Compquest/8,*

evidenciando também a aprendizagem **J**)¹⁸⁶.

5.º ponto- No campo EU POSSO da fase 0, colocámos a Rita com um perfil socializado, talvez gregário, **G I**). Deixa de ter acção e é acolhida, mas com suporte social inicia posteriormente o seu quotidiano activo. Como já sublinhámos, tudo isto foi possível porque, como diz, aceitou e solicitou o apoio social (Compquest/7), **A**). **É activa P**), pois, perante a sentida intensidade do choque, utilizou oportunamente¹⁸⁷ o EU TENHO, dando um passo na sua recuperação pessoal. **Por outro lado** (ver Quadro IIIa), o controlo emocional **só** em 1998 e 2000 é descrito **em RES**, e com grande intensidade, **F**). O mesmo se passa com o controlo de uma situação, ponto 2, **M**).

Portanto, com Compquest, estão descritas facetas anteriores à 1.ª avaliação e assim começaremos a descrever diacronicamente algumas das alterações avaliadas que constam, esquematicamente, no Quadro III: Registos de Possíveis Processos/Dinâmicas.

O choque foi fortemente sentido. No Quadro III indicámos algumas das facetas que sofreram alterações no início do “novo salto da bola”/da recuperação, **C**) **A**) **E**) e **P**). As dinâmicas do EU POSSO, do controlo sobre a sensibilidade (com o seu fecho), foram há pouco descritas, nos pontos 1.º e 3.º. A Rita sensível, diz que esta experiência trouxe aspectos positivos mas também negativos “no que diz respeito à sensibilidade” (Compquest/7), **C**). Como é activa não fica indefinidamente nesta situação, descrito no anterior item; ultrapassa mais facilmente a situação com a ajuda de amigos e familiares pois julgamos ser gregária, 5.º ponto anterior. Para este início da recuperação foi necessária a reflexão, assinalada no ponto 4.º; a acção sobre o suporte social **A**), anteriormente

assinalada, e a reacção espontânea sobre o fecho da sensibilidade, **C**), foram analisada nos pontos 1.º e 3.º.

Neste reajuste, menos de um ano depois do choque, Rita refere-se, em 1997 (RES97), à sua auto-estima, autoconhecimento e interacção com o suporte social, **B**), **E**), **H**) e **I**). O autoconhecimento **H**) vai ser descrito em todos os RES's. Percebemo-lo como o hábito de reflexão, **D**), e de flexibilidade, **E**)¹⁸⁸.

O ressurgimento da auto-estima **B**), (RES97/S8), foi exposto em 2.º. A frequência com que ultrapassa situações, EU POSSO, torna de novo consciente a sua auto-estima, principalmente numa situação em que é directamente questionada em RES: É a primeira vez que lhe é posta a questão por escrito, no início do ano lectivo e do 1.º ano.

Quanto à gregriedade **I**), analisada no item anterior, em 6.1), é posta em relevo por Rita em 4 das 6 descrições em 1997¹⁸⁹. Com intensidade mínima não deixa de descrever que se pode divertir com outros. Entendemos esta actividade bastante importante¹⁹⁰, pois já existe uma actividade para além da resolução de problemas quotidianos.

Neste processo julgamos que o suporte social é activado nos 2 sentidos (gosta, aceita, e solicita-o), mas descreve-o sem muita intensidade. Rita ainda é dependente do EU TENHO. Houve interacção entre o EU POSSO e o EU SOU. No fim do ano Rita é exuberante, com uma descrição mais intensa em RES98 (setas vermelhas do Quadro III). Julgamos que o processo controlo/flexibilidade **F**) está menos rígido e mais aberto, *e.g.*, à reflexão e auto-aprendizagem. E não só: também realça em **L**), a visão do positivo no difícil. É acentuada a interacção entre a abertura/flexibilidade e o domínio/controlo! E não só: novamente determinada e com bastante intensidade (RES98/P10), diz enfrentar, não desistir e encontra soluções, **M**). É notória a evolução que consegue descrever ao fim do ano lectivo, sendo talvez a razão da maior intensidade no preenchimento de RES98. Esta ligação POSSO/SOU, com controlo (de tarefa e emocional) e grande flexibilidade, traduz a interacção entre o/a significado/ reflexão com um controlo (flexível, mas suficiente, RES/P8), permitindo uma visão para além da defesa, uma visão aberta (ver par além do difícil, 3.º realce).

Não sabemos se, nesta 2.ª fase, o suporte social é pedido ou utilizado (sabemos que não é muito utilizado). Sabemos que, exceptuando a variação da auto-estima **B**), para a qual não encontramos uma explicação, percebemos uma lógica para o registo de um aumento de intensidade ou o surgir de novos itens.

Passando à 3.^a fase (setas pretas no Quadro III) e começando no *terminus* da descrição da fase anterior, esta fase parece ser consequência complexa mas clara da 2.^a. Em 2000, com mais tempo e realizações, a exuberância controla-se, **F**), registando-se a continuação do seu processo no sentido positivo do nosso modelo: a relação controlo geral/flexibilidade é acentuada e traduzida na aparição do controlo interno **como atingido, N**)

“acredito que o que se passa na minha vida depende muito de mim”, RES2000/S10.

Continua também com um controlo mais adequado traduzido na vivência com maior sensibilidade, **C**), e na existência de preocupações mais descentralizadas, **O**).

Não sabemos se activando menos o EU TENHO, Rita apresenta uma activação do EU POSSO (aprendendo e mudando) com construção do EU SOU, mais controlada mas flexível.

De notar a associação do controlo emocional à escolha e ao domínio de situações. Aparecem ao mesmo tempo, em 1998 e 2000, em RES/P8,10. Posteriormente, Rita diz que este domínio de situação está associado ao seu bem-estar, tomada de decisões e preocupação com o seu desenvolvimento,

“(...) os desafios são ultrapassados, alguns, outros postos de lado, propositadamente” “(...) a maior parte [dos desafios] são ultrapassados, o que contribui para a evolução do meu bem-estar ou não, para a consciencialização do meu caminho”, Compquest/8.

Isto também é de realçar e referimo-lo associado à flexibilidade, já anteriormente identificada. Na fase 0, do choque, “não sentia o amanhecer [etc]” (Compquest/7 pg1), e na última avaliação “(...) existem situações que já são vividas mais intensamente” (Compquest/8 pg2). Também já encontra espaço para pensar nos outros (RES2000/P4).

Portanto, perante as diferentes situações, a egoresiliência parece flexibilizar o egocontrolo. É uma recuperação com flexibilidade e a tripla vertente do seu perfil de 1996/97 reconstruiu-se em 2000 (3.^a fase):

Fase 0

Campo EU TENHO: Pessoa *absolutamente dependente do suporte social*, sentindo-se criança e sem actividade

Campo EU SOU: Pessoa que *via o escuro em tudo*, sendo e *seu estar 100 %*, com *reflexão negativa*

Campo EU POSSO: Quando teve de começar a actuar, a resolução das situações difíceis *era dolorosa*

3.^a Fase

Campo EU TENHO: Pessoa *não demasiadamente dependente do suporte social* (sem descrições de outras actividades para além das sociais)

Campo EU SOU: Pessoa *com segurança pessoal média bem estruturada*, com sensibilidade, flexibilidade; com processo de auto-reflexão; de bem-estar *activo*; determinada

Campo EU POSSO: Pessoa com *segurança social média* e com uma *resolução de tarefa controlada*; calma e com *locus* de controlo interno

Consequências da variação, recuperação profunda com boa estrutura em resiliência e rápida (2.^a fase): boa ligação entre o controlo e flexibilidade; actividade dolorosa de resolução de problemas após o momento difícilimo; o compromisso, pessoal e social, atingiu o nível médio (acima referido), mas é bem estruturado. No choque, em Compquest, descreve uma inactividade total, uma diminuição de nível de qualquer indicador.

4.1.8 quadro IV - Correlação entre as 3 Dimensões

Rita			
	Desafio	Compromisso	Controlo
	desafio flexibilidade	pessoal social	<i>locus</i> emocional e tarefa
Choque	P) sem actividade	P) sem actividade	P) sem actividade
1997 fase da recuperação inicial (avaliada)		B) auto-estima E,H) autoconhecimento A) suporte social PGI) aceitação social	
1998 fase de alguma exuberância	CD) sensibilidade L) encontrar o + no difícil	diminui B) diminui auto-estima aumento ou novos itens: H) autoconhecimento G) aceitação social Q) não é extrovertida	
2000 fase de maior tranquilidade e segurança		aumento B) surge de novo a auto-estima menor exuberância EH) autoconhecimento L) encontrar o + no difícil novos itens O) preocupações descentralizadas I) frontalidade e controlo social N) <i>Locus</i> de controlo	

Legenda: Dados de RES estão limitados pelo quadrado a negrito. Retirámos a separação entre as dimensões pois há alterações de intensidade registadas para as três dimensões (“aumento (...)”; “menor exuberância (...)”; “novos itens(...)”.

A)-Q): designações das características apresentadas em 4.1.7 *Registo de Possíveis Processos/Dinâmicas*

Nesta variação de intensidade e conteúdo de itens, considerando só os dados de RES, podemos fazer a análise cronológica de modo a evidenciar a correlação entre as 3 dimensões do constructo, com uma leitura de possíveis dinâmicas. Neste caso houve uma situação de ‘actividade nula’ descrita principalmente em Compquest/6,7. Por esta razão é natural que surja uma correlação entre todas as áreas, mas que pode ser descrita com mais algum pormenor, embora sem explicar a variação da auto-estima, **B**), em 1998.

Em 1997 é o 1.º momento de avaliação com RES: na avaliação com este modelo, já existe o compromisso pessoal de maior nível e algum compromisso social (não muito alto) **B**, **E**, **H** e **I**. É mais exuberante no registo das 3 dimensões em 1998, mas em 2000, com ‘um espírito’ de maior tranquilidade e segurança¹⁹¹, encontra ‘espaço’ para enunciar (como atingidos) novos itens nas 3 dimensões. Este modo de estar transparece também na opção pelos novos itens registados: o *locus* de controlo e frontalidade, tendo então ‘espaço’ para novas preocupações, **O**).

Há uma correlação entre os itens das 3 dimensões registados em 1998 e 2000; A recuperação iniciou-se pelo registo do Compromisso.

4.1.9 Exemplos de classificação

Relembrando a designação de máximos níveis, MNi’s, e a sua correspondência com cada um dos indicadores das diferentes subdimensões neste constructo estudado, descrita e posta em relevo em 3.4.1¹⁹², vamos recolher alguns dados sobre a classificação obtida neste estudo de caso descrita em anexo¹⁹³, passando a constituir exemplo do nível obtido em resiliência. Realçamos de novo que a classificação é fruto só das respostas em RES.

Na escala A, M+, M, B+ e B, e em 1997, Rita obteve B e B, respectivamente nas subdimensões do desafio e flexibilidade; M e B+, no compromisso pessoal e social, respectivamente; e B no *locus* de controlo interno e B+ no controlo emocional e de tarefa. Em 1998 e considerando a mesma ordem para as duas subdimensões do desafio, compromisso e controlo, a classificação de Rita foi a seguinte: B e M+; M e M; e B e M. Em 2000 e seguindo os mesmos critérios, Rita obteve os seguintes níveis: B e M+; M e M; e M e M.

Como dizíamos em 3.4.3, para os gráficos utilizámos a conversão dos 5 níveis nos valores 2,0; 1,5; 1,0; 0,5; e 0,0. Primeiro chegou-se aos níveis para cada subdimensão registados no Gráfico da Resiliência, por subdimensão. Após a conversão e dada a correlação entre dimensões obtida, como Kobasa (1982) somámos os valores dentro de cada dimensão e posteriormente, por adição dos 3 valores das dimensões, chegou-se ao nível da classificação global em resiliência, também registados nos respectivos Gráficos anteriormente presentes.

Vejamos em 1997. Nas subdimensões do desafio, bem como da flexibilidade e do *locus* de controlo foram-lhes atribuídos níveis **B**'s pois não há nenhuma referência¹⁹⁴ nos diferentes indicadores que contribuem para a respectiva operacionalização. Na subdimensão do compromisso pessoal, o principal indicador existente é a já assinalada auto-estima, com o valor **M** (sendo possível um valor máximo de **A**). Descreve-se também com outros indicadores mas de menor nível (como a existência de autoconhecimento). No compromisso social, vai descrevendo alguma actividade mas a aceitação social é “média”, pelo que lhe foi atribuído o valor **B+**.

Em 1998 é uma fase que designámos como exuberante pois indica 6 itens com grande intensidade. Para lá deste perfil geral, e continuando sem tocar na palavra desafio, nível **B**, na subdimensão da flexibilidade obtém **M+**, pelo já sublinhado indicador de “ver o positivo na dificuldade”, registado nesta data com grande intensidade (embora também existam outras descrições, como a sensibilidade, mas negativamente experienciada). No compromisso pessoal está assinalado com intensidade o autoconhecimento¹⁹⁵, pelo que teve valor **M**. No compromisso social há o registo um pouco mais intenso da aceitação social, **M**, (dizendo também que não é extrovertida). No controlo emocional e de tarefa surgem estes dois aspectos com muita intensidade¹⁹⁶, muita energia, pelo que obtém o valor **M+**, para lá de outros indicadores de empenho e planeamento, registados com fraca intensidade. O *locus* de controlo, bem como o lidar com a palavra desafio, continuam a não ser registados, valor **B**.

Em 2000, são descrições com pouca intensidade, mas existem novos indicadores. Aparece a frontalidade controlada, que vai agora ser a responsável pelo valor **M** no compromisso social; surge finalmente o *locus* de controlo interno, valor **M**; e a flexibilidade de poder “olhar para além de si própria”, embora sem uma actividade concreta, valor **B+**. A flexibilidade obtém o valor **M** pelo registo simples de “ver o positivo no difícil”. No

compromisso pessoal, regista de novo a auto-estima, de um modo simples (para lá do autoconhecimento), atingindo assim o valor **M**. No controlo emocional e de tarefa, descreve estes dois aspectos, mas de um modo simples, portanto valor **M** (para lá do fraco registo do empenho e planeamento de tarefa).

4.2 Sofia

4.2.1 Resumo (frase; perfil em desafio, compromisso e controlo; uma interacção entre o puzzle e o contexto; evolução)

Frase

Sofia é um puzzle com uma evolução mercedora de atenção, parecendo ter um notório perfil! Consideramos de particular atenção, pois, neste ponto do seu percurso, passa a autocentrar-se. O aspecto notório refere-se à existência de uma reflexão ruminativa, o que é importante dentro do estudo em resiliência.

Resumo do perfil de 1997 em compromisso, controlo e desafio

Perante os indicadores escolhidos, não é vulgar a existência de um alargado compromisso social numa população que inicia um primeiro ano no Ensino Superior (Albuquerque e Tavares, 1998). Verifica-se que neste caso existe. No entanto, a par com esta facilidade em ter amigos, Sofia é de extrema dependência social (o que se arrasta em 2000, apesar de ter passado pela experiência do Projecto Erasmus, de forte variação de contexto)!

Relativamente ao compromisso pessoal, parece existir aqui um nível baixo. Sofia, intensamente se considerou uma pessoa com pouca auto-estima e que se rebaixa com facilidade. Não toca na palavra optimismo. A falta de reajuste na situação difícil, parece ter-se tornado num hábito muito sentido (também em 2000). Foi sempre encontrado espaço para o exprimir de um modo negativo, sentindo talvez como difícil a recuperação assim como a dificuldade de alterar este aspecto. Isto não impede de, concretamente, mostrar ser uma pessoa extremamente dinâmica.

Quanto ao controlo emocional, este indivíduo refere, nos dois momentos de avaliação, que o não realiza caindo em desânimo (e em 2000, também diz ser impulsivo). Em relação ao *locus* de controlo interno, apesar de ter sido lembrado no documento do *self-report*, Sofia não encontra espaço para o exprimir, mas relata o envolvimento em muitos projectos na imensa actividade que expõe. Talvez nem tudo seja de sua iniciativa, mas, junto com outros, os projectos vão-se construindo e concretizando (transmitindo um não

empolgamento consigo própria). No processo de resolução da tarefa difícil, Sofia nada regista em RES.

Vejamos o que podemos dizer sobre a sua abertura e elasticidade quotidiana. Apesar da palavra desafio ter sido proposta mais de uma vez, Sofia nunca a utiliza. No entanto aceita muitíssimas oportunidades e altera o seu comportamento com o concomitante enriquecimento pessoal, enriquecimento este, muito pretendido e de percurso que parece não ser fácil. Regista-se uma grande flexibilidade e descentralidade em 1997, pretendendo também ser útil e apresentando, por exemplo, indícios de simplicidade e modéstia, o que pode estar associado ao referido alto nível da flexibilidade pessoal (Hunt,1985). Nesta flexibilidade, verifica-se também uma grande intensidade de descrições sobre o seu cuidado com a auto-aprendizagem.

Uma interacção que o puzzle e o contexto permitem

Julgamos que, apesar da existência de um controlo secundário, no sentido de Heckhausen e Schulz (1995)¹⁹⁷, a grande gregariedade (com fácil aceitação e integração), o apoio social, que não dispensa, e a flexibilidade (com a descentralidade, *e.g.*) facilitaram e mutuamente interferem na concretização da sua necessidade de actividade/vivacidade e utilidade (referido em 2000). Parece adquirir a possibilidade de minimizar as dificuldades sentidas de segurança pessoal, bem como de continuar a realizar, com alta competência, a actividade lectiva, e, apesar da forte reflexão ‘ruminativa’, mais tarde pode usufruir dos resultados escolares, bem como da confiança dos outros, bem sublinhado por si, assumindo, em 2000, maiores responsabilidades sociais bem como a decisão de fazer outro curso.

Por outro lado, o desafio / flexibilidade em 2000 não deixa de estar presente, e, de um modo diversificado, concomitante com a concretização de pequenas mudanças no seu modo de estar. Na 1.^a avaliação no constructo registou uma grande preocupação com o seu desenvolvimento, traduzindo-se também numa auto-aprendizagem, sendo muito trabalhada por si própria, mas é um acto de vontade difícil de se concretizar, como realça, pois é uma pessoa com uma intensa reflexão “ruminativa”. No entanto e concretamente, Sofia muda e é aberta, mostrando-se flexível¹⁹⁸. Por outro lado, não se controla nem sente dominar o que lhe é mais significativo, e descreve-se com falta de segurança pessoal e necessidade de apoio social.

Evolução sublinhada

Num contexto de flexibilidade e com a tomada de consciência de uma maior competência quotidiana (não esquecendo a necessidade de apoio e confirmação social revelada e o concomitante surgir de um namoro), parece emergir outro vector contraditório que se foi impondo por todo este puzzle concreto. Esta “imposição” traduz-se na necessidade e possibilidade de uma nova preocupação: a afirmação pessoal, concentrando-se mais em si própria. Parece-nos que não deixa de existir uma flexibilidade noutros campos, mas emerge, então, a concretização de uma maior segurança pessoal concretizada de diferentes modos, nomeadamente através de uma menor descentralidade também verificada nos quatro instrumentos de avaliação de 2000¹⁹⁹! As respostas aos dois instrumentos FIPE (1997 e 2000), realçam uma espantosa variação de descentralidade! Não esquecer que neste processo de construção pessoal, “os outros” são peças fundamentais: em 2000, o “EU TENHO” continua a demonstrá-lo.

4.2.2 Introdução- Leitura sucinta dos Gráficos da Avaliação em resiliência²⁰⁰

As 2 classificações em Resiliência Global realizadas neste estudo de caso, 1997 e 2000:

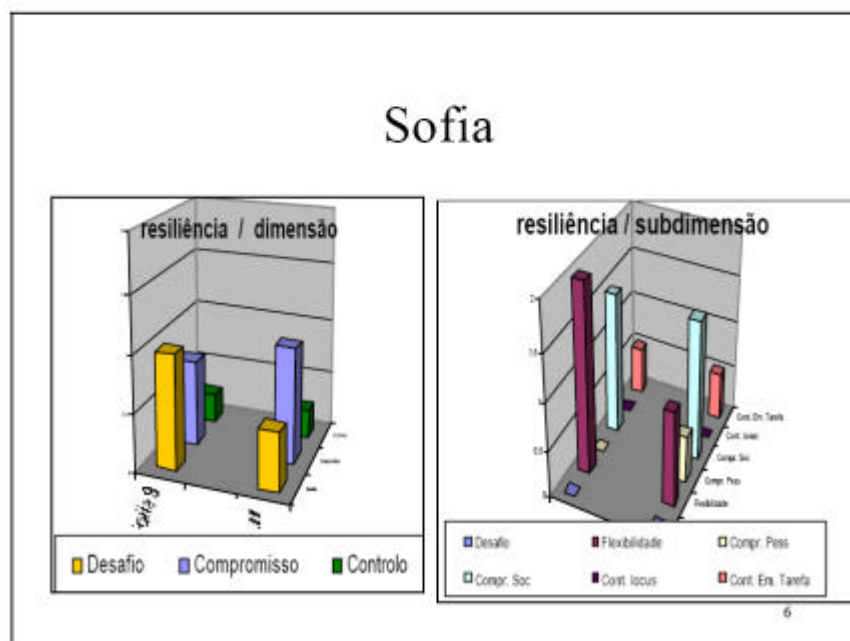
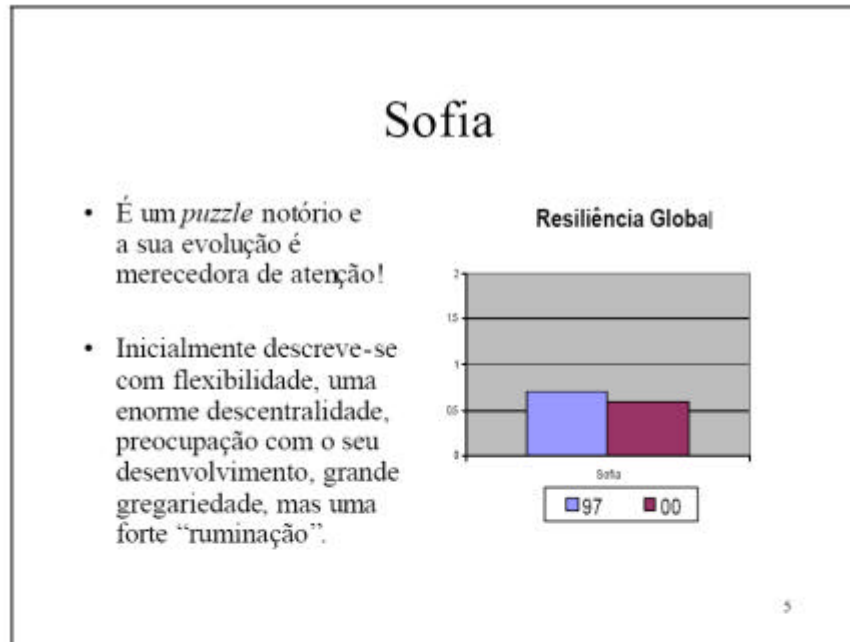
- 1) São relativamente baixas e o seu valor diminui em 2000.
- 2) Para a explicitação do valor global na resiliência de Sofia, no Gráfico da Resiliência por Dimensão, vemos que o compromisso sobe (barra azul) e o desafio desce (barra amarela). Pelo Gráfico das respectivas Subdimensões, vemos que duas variam: a flexibilidade desce bastante (barra grená) e o compromisso pessoal sobe (barra amarela clara). Este conjunto apresenta-se como a causa da variação global da classificação de Sofia, pois a contribuição do controlo é semelhante. Mais particularmente, esta variação traduz-se numa concretização de uma auto-afirmação, através de uma significativa autocentralidade. Com maior pormenor temos o Gráfico IIa e diferentes

Quadros e Descrições (IIb, IIc e IId), estando os 3 últimos em anexo. Na parte final da exposição diacrónica de Sofia, daremos alguns exemplos sobre a classificação obtida neste caso estudado.

- 3) O valor baixo em resiliência deve-se aos seguintes factores: **1-** Por Dimensões, verifica-se que o nível no controlo é muito baixo (barra verde); **2-** analisando, por sua vez, as Subdimensões das outras duas Dimensões, temos 2.1- o desafio é zero (1.^a coluna) e o compromisso pessoal é quase zero (3.^a coluna); resta 2.2- o compromisso social que é alto e semelhante (barra azul clara); e 2.3- a flexibilidade que era máxima, passou para o valor médio (barra grená).

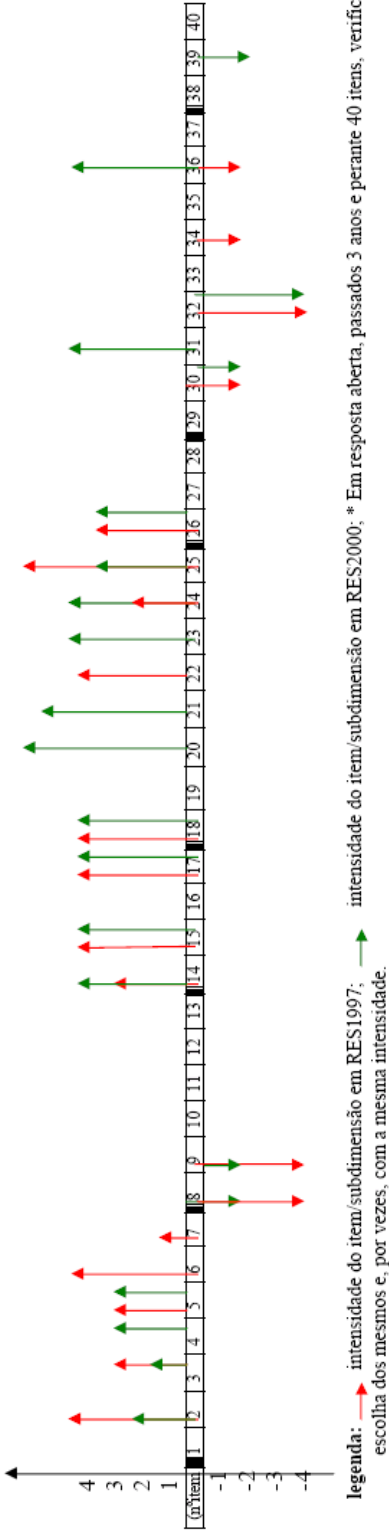
O *locus* de controlo interno (penúltima barra) nunca existe (ver também item n.º 40 no Gráfico II a).

4.2.3 gráficos da Resiliência de SOFIA: Global, por Dimensão e por Subdimensão



4.2.4 gráfico IIa - Análise de Conteúdo Prospectivo em RES

Gráfico II a- Análise de Conteúdo Prospectivo em RES's (sem ponderação externa)
Consistência de resposta*.
Sofia



Intensidade do item: 1 e (-1)- simples afirmação (negação) do item; 2 e (-2)- afirmação (negação) do item considerada importante (negativa); 3 e (-3)- afirmação (negação) do item (da negação do item) afirmado; 4 e (-4)- afirmação (negação) do item sendo considerada importante (negativa); 5 e (-5)- afirmação (negação) do item sendo considerada obstáculo (positiva); 6 e (-6)- directamente inferida a afirmação (negação) do item.
nº dos itens: 1-40 (ver correspondência no Quadro Ic, ou em anexo, Quadro IIId).

Dimensões	Desafio	Compromisso	Controlo
	Subdimensão: Flexibilidade/abertura mudança	Compromisso Pessoal actividade CET	Controlo, Emocional e de Tareja (CE CT, ou CET) CT CE

4.2.5 Realces Gerais

Sofia

Vamos considerar nesta subsecção 7 realces que passaremos a expôr.

1, 2 e 3a) Parece ser uma pessoa extremamente activa²⁰¹, gregária²⁰² e propõe-se sempre auto-aprender, sendo preocupada com o seu desenvolvimento. Para 1997, elegemos esta última característica como a grande preocupação de Sofia,

“(tenho uma família que me educa) mas também me deixa educar (...)”, RES97/T1;
“Tenho a consciência que venho a evoluir no sentido de interacção com o que sei e o que sou e com a sociedade, mas que ainda falta muito”, RES97/P2;
“(tenho projectos) e que me preparem para projectos maiores”, RES97/P1.

mas que também se continua a verificar em 2000, agora renovada por outros centros de interesses

“(...série de actividades) que me enriquecem a vários níveis”, RES2000/S1;
“tenho força de vontade reduzida que tento combater”, RES2000/S5;
“(...) egoísta o que me impede (...)”, RES2000/P2,
“empenho-me em projectos pessoais mas também comunitários”, RES2000/P4;
“Sou atenta e curiosa com o que me rodeia, embora a actualização (...) tenha que se desenvolver”, RES2000/P4;
“(é uma das 3 experiências marcantes de 89/99) o avançar e evoluir a nível pessoal”, Compcdoc/6.

3b) A sua flexibilidade é enorme, intensa e expressa por muitos indicadores, atingindo, em 1997, o máximo da classificação (2.^a barra, grená, no Gráfico da classificação por Subdimensões). Nesta elasticidade, Sofia mostra-se descentrada de si própria, como já foi sublinhado. Em 1997, há uma forte referência a acções concretas de disponibilidade perante outros, em actividades extracurriculares (enumera 5,...) e projectos, que *“(...) me fazem sentir útil (...)” RES97/T3,P1.*

4) No entanto, em 2000, para lá do empenho em projectos comunitários, agora sobressaem 5 enunciados com uma orientação autocentrada:

“Em alguns aspectos sou egoísta (...)” RES2000/P2;
“empenho-me em projectos pessoais (...)” RES2000/P4;
“sou uma pessoa activa que me permite ter e conciliar uma série de actividades que me enriquecem a vários níveis”, RES2000/S1;
“Eu tenho uma situação (social...) e pessoal de grande orgulho e importância (...)”, RES2000/T4;
“sou uma pessoa (...) que nem sempre aceita as críticas que lhe fazem”, RES2000/S3.

5) Simultaneamente com esta reorientação para si própria, Sofia continua a ser uma pessoa muito dependente, embora diversifique o seu apoio. A *Família, actividade e amigos*, são a sua base de apoio dando-lhe grande estabilidade e confiança, como refere.

6) É muito activa, gregária, dependente e auto-aprende, mas continua a deixar-se derrotar e abater facilmente (RES2000/S4), registando-o intensamente, apesar de sucessos passados também descritos directa e fortemente: “(...) tenho uma situação (...) pessoal de grande orgulho que me permite vencer o pior e aproveitar o melhor” (RES2000/T4), interna atribuição causal em 2000, como veremos. Finalmente, parece começar a ser significativa a autoconsciência dos bons resultados lectivos, também registado **em Compquest/6**²⁰³. No entanto, impressiona a existência da sua reflexão “ruminante” a que está associada outras reflexões que designamos por negativas, e cujo conjunto está registado na próxima Tabela (Quadro 4.1). Em 1997, com grande intensidade diz

“(sou uma pessoa com pouca auto-estima e) que se rebaixa facilmente”, RES97/S2;
 “ tendo a ir-me abaixo [quando as coisas correm mal principalmente nas que mais investi]”, RES97/P5;
 “(sou uma pessoa) que tende a complicar problemas e defeitos que, à partida, seriam práticos”, RES97/S4
²⁰⁴; “(...) [sobre o sentir-se capaz em situações de comparação com outros, tem já um pouco a noção de] que isso só deve acontecer para me aperfeiçoar e não me derrotar [como antigamente- o sublinhado é nosso]”,
 Compquest2000/8.

Para além de Compquest, e analisando outros tipos de instrumentos de avaliação, também podemos assinalar o mesmo género de mau-estar. Em respostas a uma crítica, ou quando se está em desacordo, ou ainda na incerteza expressas no instrumento PCM97/2,4 e 5, respectivamente, Sofia diz que se sente *magoadada ou desiludida*, ou ainda *desapontada e incompreendida por falta de confiança*, ou por *indecisão* ou *não ser capaz*²⁰⁵. Em 2000, nas respostas a este mesmo documento, Sofia também se lamenta (o sublinhado é da própria)

“no momento imediato deixo-me abater (...). Horas depois, sempre a martirizar-me pelo mesmo (...²⁰⁶)”,
 PCM2000/2;

“fico triste [(...) e, ao discordarem, é provável] que eu estou[esteja] errada...Penso muito nisso!”,
 PCM2000/4²⁰⁷

E, logo a seguir, em 2000, a incerteza é outra situação que a perturba.

“não arrisco. Penso e repenso e não consigo decidir quase nada sozinha sem me apoiar [r] em alguém, seja para pedir opinião ou para me acompanhar. Família, namorado, amigos”, PCM2000/5.²⁰⁸

Quadro 4.1 Apontamentos sobre a Reflexão “Ruminativa” de Sofia

A reflexão “ruminativa” passa-se		
No Compromisso Social	No Controlo de tarefa e emocional	Com repercussões no Compromisso Pessoal
<i>noutros instrumentos de avaliação</i> <ul style="list-style-type: none"> • Compara-se com alguém (1997 e 2000) • A opinião dos outros é muitíssimo importante (2000) 	<i>noutros instrumentos de avaliação</i> <ul style="list-style-type: none"> • Questiona-se se é capaz (1997) • <u>Aceita responsabilidades</u> (1998/99) • “Fez-me sentir capaz” – o assumir responsabilidades (2000) Falta de domínio, erro, falta de autonomia na decisão [+ <i>indecisa</i>] e da presença física de outros [dependência] (2000) em RES “força de vontade reduzida (, mas que tento combater)” (RES2000/S5); fraco controlo emocional (RES2000/S3) “rebaixar-se; deixar-se abater” (RES); os mesmos e “martirizar-se, pensar muito, tristeza, pouca confiança, não arriscar” (<i>noutros instrumentos de avaliação</i>)	em RES 1997, “pouca auto-estima (e que se rebaixa facilmente)” (RES97/2) 2000, “auto-estima c/ algumas falhas e atrasos” (RES2000/2) “pessoa frágil (medida em que me deixo derrotar e abater facilmente)” (<i>idem</i> /4)
Relembrando 1997: fase da obediência (submissão que se mantém em 2000)(PCM) 1997: Descentrada (RES e FIPE) 2000: fase da necessidade de aprovação pelos outros, início de auto-afirmação (PCM) 2000: Autocentrada (RES)		

Este tipo de reflexão passa-se em diferentes áreas (ver Quadro 4.1), sendo registado em diferentes instrumentos, mas vamos utilizar especialmente as respostas a PCM. Na avaliação com este documento sobressai, entre outras, a *dependência*, mas também podemos verificar que, nas 6 respostas a cada PCM de 2000, Sofia parece *mais indecisa do que em 1997*, o que registámos no compromisso social e controlo emocional e de tarefa (1.^a e 2.^a coluna, Quadro 4.1). Sendo submissa nas duas avaliações (em PCM), os dados de 1997 parecem apontar para uma Sofia insegura quanto ao sucesso, questionando-se “se é capaz” (coluna central do mesmo Quadro). Em 2000, *enquanto se autocentra* e se inicia a auto-afirmação (verificado em RES e anotado na 3.^a coluna da Quadro 4.1), continua submissa e dependente (PCM), mas assume responsabilidades²⁰⁹ (coluna central), o que entende ser uma experiência marcante (Compquest/8) e muito positiva, segundo diz (*idem*). Mas esta experiência parece também ser muito exigente e sente-se indecisa, como sublinhámos, com falta de autonomia na decisão e da presença de alguém (resumido na coluna central da mesma Tabela).

É de realçar também a sua resolução quotidiana de problemas e as alterações que manifesta em diferentes tipos de instrumentos de avaliação, mas que serão tratadas no próximo item.

7) Verifica-se também uma concomitante falta de auto-estima, embora melhore um pouco. Com a máxima intensidade diz

“Tenho pouca auto-estima” (RES97/S2)

“Tenho uma auto-estima com falhas (RES2000/S2)

8) Neste conjunto de realces, vamos definir as fases, preocupações. Na continuidade das descrições de Sofia, há mudanças, por nós analisadas, com o sentido que passaremos a expor. A grande **preocupação** de Sofia em 1997 parece-nos ser a **da auto-aprendizagem**, que já apresentámos e, em 2000, não deixando de estar presente esta característica, surge uma nova, a **da auto-afirmação**. Quando a criticam, responde em PCM (o sublinhado é nosso)

“(…²¹⁰) não tento contrapor a ideia (...sempre a martirizar-me pelo mesmo), sinto ter perdido uma oportunidade de me afirmar (...”, PCM2000/2

Este é o realce das preocupações de Sofia nas duas fases. Estas preocupações estão de acordo com a passagem da sua descentralidade para uma autocentralidade, verificada em RES, como foi anteriormente indicado.

Mas para as designações das fases optámos por descrever a dependência social sentida, pois a reflexão “ruminativa”, sempre presente, parece-nos que lhe está fortemente associada. Noutros instrumentos de avaliação para além de RES²¹¹, em Compquest e PCM, talvez vejamos melhor a **obediência** e a **necessidade de aprovação pelos outros**. Nas 2 avaliações em PCM/2,6 ao ser questionada quando é criticada e ao receber uma ordem, parece-nos “**obediente**”:

“sinto-me submissa (e sem voto na matéria, mas só em algumas situações (...)”PCM2000/6;

“sinto-me, na 1.ª reacção, agradecida (...²¹²) numa 3.ª reacção, volto a sentir-me agradecida e optimista quanto à mudança”, PCM97/2;

“(…) regra geral costumo ser prestável (...) o que é para fazer, é preciso fazê-lo rápido e com um sorriso na cara...”, PCM97/6.

Mas em 2000, pode-se também ver a **necessidade de aprovação** pelos outros, ao ser analisada a resposta sobre a resolução autónoma de uma situação difícil (o sublinhado é nosso)

*“Formulo a minha ideia e possível solução, mas tenho uma grande **necessidade** de a comunicar a alguém, talvez como forma **de aprovação**” (Compquest2000/4)*

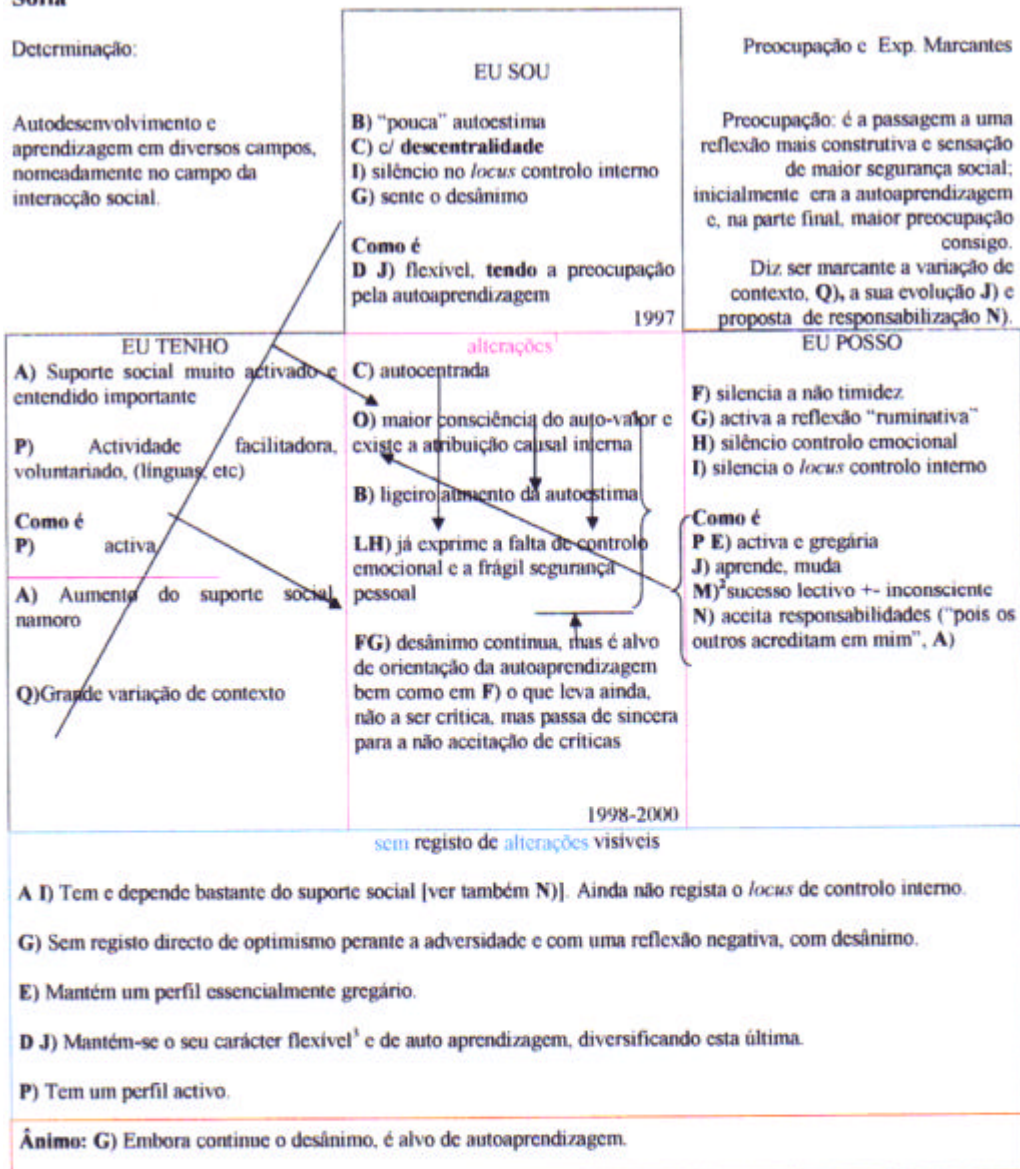
Vamos terminar os *Realces* em Sofia, sem abordar o que nos parece ser um bom exemplo para a diferenciação teórica entre as expectativas *locus* de controlo interno na teoria da aprendizagem de Rotter (1966), e o controlo interno e externo sobre resultados obtidos, na teoria da atribuição causal de Heider (1958) e de Weiner (1972, 1986), e reflexão simultânea com outros factores. Fizemos esta opção pois, no próximo item, *Possível Registo de Processos/Dinâmicas*, e em anexo, serão analisadas pequenas variações em que esta também estará incluída.

Entretanto, vamos sintetizar o 1.º momento da avaliação com três instrumentos de avaliação. Temos²¹³ a avaliação em RES (0,67: 1,00/0,75/0,25), FIPE (-/1/1/6) e PCM (2, média 1,75) de 1997. É bem interessante este caso em estudo, nomeadamente na avaliação em PCM. Normalmente com este instrumento podemos dizer que o nível 2, corresponde a características do pensamento segundo diferentes temas, nomeadamente: sem integração; com independência; com alternativas à obediência; e com descrição da finalidade; para além da flexibilidade (Simões, 1994). Neste caso temos: com integração (também verificado em FIPE 6 respostas de nível D); sem independência; com finalidade. A avaliação da regra em PCM²¹⁴ é bem trabalhada e com complexidade; com os pais, parece não haver discordância: sem conflito, parece aprender com liberdade “(...que me educam, mas) que me deixam auto-educar (...)”, mas várias vezes e, em geral, duvida da sua capacidade. Portanto, o nível 2 em PCM, em que normalmente a independência é um campo de avaliação crítico²¹⁵, que diferencia diferentes níveis, no entanto aqui tal não sucede²¹⁶: embora complexa, ainda é dependente. Parece estar a caminho para uma maior autonomia. Em RES verifica-se que o compromisso social é sempre alto, o compromisso pessoal é sempre baixo e a adversidade situa-se na construção deste mesmo compromisso pessoal (1.º tornou-se significativo e posterior e pausadamente, assumindo responsabilidades, torna-se menos dependente da opinião dos outros, apontando para uma atitude de maior segurança pessoal), tornando-se também um pouco mais independente.

4.2.6 Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas

Sofia

Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas
Sofia



Legenda

EU TENHO, SOU e POSSO: algumas das facetas iniciais e após algum tempo- 2 anos lectivos. Existiu um choque durante o período em estudo.

Alterações e dinâmicas (→)

PCM é um instrumento de avaliação dos sistemas conceptuais de D. Hunt; RES é um instrumento de recolha de dados para avaliação da resiliência, por nós elaborado. Também elaborámos um questionário semi-aberto para comparação de documentos, Compquest.

¹ As variações são bastantes, mas a sua dinâmica é bem complexa. Todos os factores são importantes, mas é sentido como marcante, N) e Q), o que, associado à restante descrição, fez com que apontássemos a consciência do autovalor, O), com um papel especial na restante variação.

² M e N não se encontram em RES (só na Compdoc)

³ O que não impede do nível de flexibilidade ter baixado, por se ter verificado uma preocupação especial consigo própria, com egoísmo, C), quando anteriormente a sua preocupação estava centrada nos outros.

4.2.7 Registo de possíveis Processos/Dinâmicas

Sofia

1997	fase obediência (PCM/6)	<i>preocupação com o desenvolvimento, descentralizada e notória ruminação</i> (RES)
2000	fase necessidade de aprovação pelos outros (Compquest/4)	<i>preocupação de auto-afirmação e reflexão ruminativa</i> (RES)

No item anterior analisámos que, em 1997, se verifica a “*obediência*” e, em 2000, para além da submissão, sente que a sua decisão tem a “*necessidade de aprovação social*”. O perfil de Sofia é de uma enorme dependência social, que designaremos por **A**). No entanto, na sua complexidade activa, flexível e de aprendizagem, mais tarde surge uma nova expressão, a maior consciência do seu valor pessoal, **O**),

“tenho uma situação (...) pessoal de grande orgulho e importância, que me permite vencer o pior e aproveitar o melhor” (RES2000/T4) (o sublinhado é seu)

e

um perfil bastante autocentrado **C**), o que talvez possa impor maior força à colisão com a envolvente e com diferentes facetas do seu perfil. *De notar*, em 1997 e 2000, a existência do silêncio ou de um nível baixo em relação à “auto-estima” **B**) e segurança pessoal **L**). Vamos descrever possíveis dinâmicas através das variações das características da/o: dependência social **A**), perfil activo **P**), variação de contexto **Q**), no EU TENHO; auto-estima **B**), descentralidade **C**), elasticidade **D**), fragilidade pessoal **L**), maior consciência do autovalor e atribuição interna do controlo sobre os resultados passados **O**), aprendizagem flexível **J**), no EU SOU; gregariedade **E**), timidez/frontalidade **F**) “ânimo” **G**), “controlo emocional” **H**), expectativas quanto ao *locus* de controlo interno, para o futuro **I**), domínio de tarefa adversa **M**), aceitação de responsabilidades **N**), no EU POSSO. Esta nomenclatura consta do Quadro III Possíveis Processos/Dinâmicas, Quadro IIIa

Diferentes Registos em RES e noutros instrumentos de avaliação e Quadro IV Correlação entre Dimensões.

Para a dinâmica deste puzzle vamos propor apresentá-la através de 2 pontos, resumidos no **Quadro IIIa**. No **1.º ponto** consideramos as mudanças em 3 áreas (auto-aprendizagem **1.1**, grau de descentralidade **1.2**, e a sua dependência social **1.3**), com alterações ainda não analisadas; e no **2.º ponto** continua-se pela resolução do quotidiano, abordando o assumir de responsabilidades (**2.1**) e cruzando-o com o domínio da tarefa adversa, a reflexão mais ou menos “ruminativa” e as expectativas de *locus* de controlo interno (neste caso, só o controlo interno sobre resultados passados) (**2.2**).

Sofia diz que lhe são essenciais o apoio do suporte social, **A**), e a actividade, **P**)

Actividade e os outros “(...) são a minha base de apoio dando-me estabilidade e confiança” (Compquest/8)

Tem uma reflexão profundamente negativa **G**), mas uma flexibilidade, **D**), e a auto-aprendizagem, **J**), que não esmorecem, sendo fundamentais neste *puzzle*. Por outro lado, o domínio sobre a tarefa lectiva não parece adverso, **M**), e também existe uma forte variação de contexto **Q**), mas, para a dinâmica, sublinhávamos a verificação, em 2000, da consciência do autovalor **O**), bem como o aceitar responsabilidades, **N**). Estes aspectos, listados no **Quadro III**, são suficientemente importantes para, de uma forma particular, dinamizar a complexidade de Sofia no seu contexto. São registados fortes sentires, que julgamos poderem ser associados a aprendizagens diversificadas e a consequências múltiplas, e cujas dinâmicas estão assinalada no Quadro III e IV, mas também no Quadro IIIa, nos pontos **1 e 2**.

Após a visão um pouco mais holística que o Quadro III pode proporcionar, vamos reflectir sobre características ainda não examinadas. Da análise das respostas a RES2000, Sofia está autocentrada (**1.2**, Quadro IIIa) e fez aprendizagens em diversas áreas (**1.1**, *idem*). É sobre estas últimas que nos vamos debruçar (considerando-as associadas à orientação autocentrada, **1.2**).

Na interacção deste puzzle com a envolvente Sofia efectivamente muda. A autocentralidade e auto-aprendizagem parecem coerentes com outros registos assinalados em RES, passando Sofia a descrever características um pouco diferentes e nem sempre

positivas, mas que **já sente** clareza e força para as exprimir **em RES**²¹⁷. São elas: o fraco controlo emocional (depois também referido em Compquest/3) (**H**); o aumento da consciência do autovalor (**O**); a menor timidez (**F**); as “falhas” na auto-estima (**B**); e a fragilidade pessoal (**L**), registados no Quadro IIIa, mas também no Quadro III e IV. Uma possível leitura da dinâmica ficará em anexo.

Quadro III a – Registo em RES e noutros instrumentos de avaliação, por exemplo, Compquest; e outros Processos/Dinâmicas

Sofia

Verifi- cam-se	em RES 1) Há grande mudança, e também existe sempre uma reflexão “ruminativa” (G) (nota 1)			2) Mas há diferente registo em RES e noutros instrumentos de avaliação	
2 pontos	1.1) na Auto- aprendizagem	1.2) no grau de Descentralidade	1.3) na grande Dependência social ²¹⁸	2.1) no assumir Responsabilidades N)	2.2) no Domínio (M) Reflexão (G) Locus de controlo interno (I)
1997 fase obediência	É uma preocupação dominante (e outros doc.) 1.ª função	descentada (e outros doc.) 1.ª função	Fase da “obediência” (outros doc.) sem registo em RES 2.ª função		Em RES baixo Ruminativa (RES) e (outros doc.) 1.ª função
2000 fase necessidade de aprovação pelos outros	A auto-aprendizagem é diversificada em diferentes áreas (pessoais, sociais e de flexibilidade), nomeadamente em 1.2, e H)(F)(L) B)(O) (e outros doc.) 1ª função	Autocentrada(RES) Preocupação dominante é a auto- afirmação (outros doc.) 1.ª função	Fase da “aprovação pelos outros”, levando a diferentes registos (outros doc.) E o suporte social aumenta, c/ namoro (RES) 2.ª função	3 vezes em (Compquest/2,6,8) Aceita maiores responsabilidades,N) sendo uma experiência marcante Em RES, nem negativamente o expressa (... nota 2) 2.ª função	Em RES baixo Ruminativa (RES) e (outros doc.) __(nota 2)_ 1.ª função

Notas: (nota 1) o resumo analítico encontra-se na Quadro 4.1 Apontamentos sobre a Reflexão “Ruminativa” de Sofia, no item anterior (Realces).

(nota 2) sem registo de expectativas locus de controlo do reforço interno (**I**), na teoria da aprendizagem social de Rotter (1966), mas com atribuição interna do controlo (**O**) (sente que teve responsabilidades nos acontecimentos passados, na teoria da atribuição causal, enunciada por Heider (1958), ou ainda Weiner *et al.*, in Barros, 1989).

legenda: RES é o instrumento por nós elaborado; **G)(H)(F)(L) B)(O)(M)(N)(I)** referem-se à nomenclatura de características usada neste item; **2.ª função** designação para a não concordância directa entre o registo em RES e noutros instrumentos de avaliação (**1.ª função**, refere-se à concordância). A análise deste Quadro IIIa está mais extensa no *Volumede Anexos*

Na resolução quotidiana de problemas (**M**) (2 no Quadro IIIa), parece necessitar da aprovação dos outros (Compquest/8,8,8), sentindo-se *mais capaz*, pela *confiança dos outros em si* bem como pelo assumir de maiores *responsabilidades*. Aliás o assumir responsabilidades, **não é directamente** visível em **ES2000**²¹⁹ assim como o domínio,

talvez porque a iniciativa e o controlo sobre a tarefa ainda não são dominados- ver descrição pormenorizada.

Neste caso estudado verifica-se uma nova descrição na 2.^a avaliação que designámos pela maior consciência do autovalor (**O**), classificada como uma atribuição causal pelos resultados obtidos e não como expectativas de controlo interno ou *locus* de controlo interno (**I**) pelas razões expostas em anexo (Dinâmica/Processo de Sofia). Diremos sucintamente que, com grande intensidade, a autodescrição

“(...) tenho uma situação (...) pessoal de grande orgulho e importância que me permite vencer o pior e aproveitar o melhor” (RES2000/T4) (o sublinhado é seu)

foi assim classificada ao ser analisado o caso em geral: considerou-se, por exemplo (Quadro IIIa), que a resolução de problemas difíceis ainda não é suficientemente positiva pois não se descreve com domínio sobre a tarefa, ainda existe ruminação e a responsabilidade por tarefas **ainda não surge em RES**.

Relativamente ao documento onde se exprime (ver anexo e resumo no Quadro IIIa), de um modo geral verifica-se uma concordância dos registos em RES e noutros instrumentos de avaliação, o que designámos por 1.^a função da autodescrição, mesmo na evolução verificada neste perfil. No entanto, também mais explicitamente podemos resumir que, quanto ao assumir de responsabilidades (2.1, Quadro IIIa) (**N**), há registos que já surgem fortemente em 2000 (Compquest./2,6,8), ainda sem nenhum registo equivalente em RES, 2.^a função da autodescrição. Note-se que existe um enquadramento 2.2 de resolução de problemas (ver resumo no Quadro IIIa). Mesmo assim, indirectamente, surge em 2000 e torna-se compreensível o novo registo (RES) da atribuição interna do controlo, relativamente ao passado (**O**). Por outro lado e particularmente, a autodescrição (noutros instrumentos de avaliação- 2.^a função) ilumina as variações gerais verificadas em RES, como, na interacção social, a particular dependência (amigos) (1.3, Quadro IIIa): “obediência” (1997) e a “necessidade de aprovação” (2000).

Como reflexão final diríamos que, em Sofia, o nível de resiliência é baixo, em que o papel da reflexão “ruminante” é forte, mas está presente uma variação rica e complexa, embora vagarosa. Como refere Caspi (2000), a genética possibilita a construção do humano, mas como os resultados do seus estudos exprimem, torna-se “muito directiva”. A cultura, a construção do nosso medo e a própria pessoa parecem valorizar e utilizar constantemente

os mesmos passos! É necessária a aprendizagem que a flexibilidade e o autodesenvolvimento propõem. É necessária a educação, nomeadamente a utilização da linguagem resiliente, para modificar algumas atitudes e comportamentos mais espontâneos mas menos adequados. Portanto é realçada uma linguagem resiliente de desafio **mais forte** que a do medo, esta última tão natural no combate pela sobrevivência. Neste estudo de caso, os símbolos da “fragilidade”, da “marterização”, e principalmente da “dependência”, que têm sido de sobrevivência, parecem que foram trabalhados pela aprendizagem, na linguagem de resiliência. Como refere Damásio (2000), os humanos têm a possibilidade de uma consciência muito alargada que, para além da sobrevivência, pode e deve dar origem à qualidade humana de vida, a uma vida resiliente.

Consequências da variação: a orientação autocentrada (RES) merece atenção, simultânea com um forte sentir de dependência social. Isto também possibilita, finalmente, o assumir responsabilidades (outros instrumentos de avaliação) ainda sem registo de *locus* de controlo interno (RES).

4.2.8 quadro IV - Correlação entre as 3 Dimensões

Sofia			
	Desafio	Compromisso	Controlo
	desafio flexibilidade	pessoal social	locus emocional e tarefa
1997 fase da obediência	C) descentrada J) auto-aprendizagem D) flexibilidade, com ideais e sensibilidades	P) perfil activo B) pouca auto-estima A) suporte social E) gregariedade	I) locus controlo (não o exprime) G) reflexão ruminativa M) domínio (e.g. lectivo) desistência
2000 fase da necessidade de aprovação pelos outros	<p>mantém-se embora com alterações específicas</p> <p>J) e.g. aprendizagem na força de vontade D) flexibilidade, com ideais + práticos mas flexíveis</p> <p>diminui: C) menos descentrada</p> <p>aumenta ou surge de novo</p> <p>A) namoro³ B) falhas e atrasos na auto-estima (já o consegue exprimir) O) maior consciência do autovalor L) frágil segurança pessoal (já o consegue exprimir) F) menor timidez (já o exprime)</p> <p>O) c/ atribuição interna H) controlo emocional fraco (já o exprime)</p>		
1998-2000	Q) forte variação de contexto	aumenta	N) aceita maiores responsabilidades M) aproveitamento lectivo

Legenda: Dados de RES estão limitados pelo quadrado a negrito.

Retirámos a separação entre as dimensões pois há alterações de intensidade registadas para as três dimensões (“diminuição(...)”; “aumento ou surge de novo (...”).

A)-Q):designações das características apresentadas em 4.2.7 *Registo de Possíveis Processos/Dinâmicas*

Mantém-se: A) D) E) G) J) P) e falta de I) e do domínio da dificuldade M).

³ O apoio do suporte social é sempre fortemente descrito. No entanto, neste estudo de caso, o namoro é uma situação nova e ainda não consistente, pois Sofia diz (RES2000/P2) que por vezes é egoísta, o que a impede de se dar totalmente a algo ou a alguém.

Explicitamos 3 pontos e 2 conclusões na análise do Quadro IV:

1.º Como mantém uma enorme dependência social, **A**), a novidade do namoro parece não tornar muito curiosa a variação geral.

2.º A correlação registada em RES entre dimensões é grande e lógica, mas o processo de aceitar responsabilidades, **N**, e a importância e a dificuldade dessa exigência, visível em Compquest e outros instrumentos de avaliação, parece que ainda **não são registados em RES** explicitamente. No entanto, também existiram outros factores positivos, **M**), **Q**) e algo pessoalmente mais difícil, **N**) (outros instrumentos de avaliação).

3.º Por outro lado, verifica-se que este puzzle bem interessante de 1997, sem controlo (**H**) e com a variação de **Q**) **N**) **M**), regista variações nas 3 dimensões, com o sentido de uma maior afirmação pessoal. Aumenta o compromisso pessoal mas é um efeito que se estende às outras dimensões avaliadas.

Sublinhámos, em geral o conjunto de características deste estudo de caso e em 1.º a dependência social, mas em particular é de realçar a auto-aprendizagem, a gregariedade, a enorme actividade e a forte descentralidade inicial, a par com a reflexão “ruminativa” e falta de registo de um domínio positivo da dificuldade e da existência do *locus* de controlo interno. Neste caso, sem descrição positiva de controlo e de tarefa, a análise da correlação aponta para o surgir em 1.º, (o exercício das aprendizagens) bem como o compromisso pessoal (já com atribuição interna dos resultados, mesmo que seja necessário a diminuição da descentralidade); em 2.º, dado a grande aprendizagem e flexibilidade, revelam-se depois algumas pequenas variações, embora nem sempre atinjam outro nível de classificação.

4.2.9 Exemplos de classificação

Relembrando a designação de máximos níveis, MNi's, e a sua correspondência com cada um dos indicadores das diferentes subdimensões neste constructo estudado, descrita e posta em relevo em 3.4.1²²⁰, vamos recolher alguns dados sobre a classificação obtida neste estudo de caso descrita em anexo²²¹, passando a constituir exemplo do nível obtido em resiliência. Realçamos de novo que a classificação é fruto só das respostas em RES.

Na escala de 5 níveis, e em 1997, Sofia obteve B e A, respectivamente nas subdimensões do desafio e flexibilidade; B e M+, no compromisso pessoal e social, respectivamente; e B no *locus* de controlo interno e B+ no controlo emocional e de tarefa. Em 2000, e considerando a mesma ordem, nas duas subdimensões, respectivamente, do desafio, do compromisso e do controlo, a classificação de Sofia foi a seguinte: B e M; B+ e M+; e B e B+. Como relembrámos anteriormente e em 3.4.3, para os gráficos fizemos a conversão da escala qualitativa B a A, para a escala do valor zero ao valor dois, tendo-se chegado aos valores e respectivos Gráficos da Resiliência para Sofia, anteriormente apresentados.

No desafio em 1997 e em 2000 verifica-se que nunca lida com a palavra desafio, pelo que foi classificada com nível **B**. Relativamente à flexibilidade e em 1997, obteve nível **A**, particularmente por ter obtido este nível numa concreta actividade descentralizada, (MN6), descrita com a máxima intensidade²²²

“Tenho uma série de actividades extra-escolares que me fazem sentir útil, dinâmica e viva (dar explicações a crianças pobres, [desportos,] reuniões de equipas de jovens, acampamentos de férias, como [participante e,] animadora,...)”, RES97/T3;

“Tento envolver-me em projectos com crianças que me façam sentir útil e activa (...)”, RES97/P1;

“[sou uma pessoa bastante crente, que] me faz mover a mim [e ao meu grupo de amigos/familiares]”, RES97/S3.

Esta descrição, na flexibilidade em resiliência, é enriquecida²²³ por forte descrição em todos os indicadores menos “no ver algo de positivo na situação difícil” (MN4). Assim, obteve também na 1.^a avaliação o nível **M+**, no indicador “da mudança”, (MN5), com a descrição RES97/P2, pois a intensidade não era máxima. Nos restantes indicadores desta subdimensão, obteve M, M e B+ (MN3, MN2 e MN1)²²⁴, respectivamente.

Em 2000, obteve na flexibilidade nível **M** por diferentes razões, em que as respectivas descrições foram classificadas nos quatro indicadores de maior peso e sempre com o nível **M**. Na actividade descentralizada (MN6), sem a máxima intensidade, obteve **M**

“Em alguns aspectos sou egoísta o que me impede de me dar totalmente a algo ou a alguém”, RES2000/P2;
“Empenho-me em projectos pessoais mas também comunitários”, RES2000/P4;

“[Sou uma pessoa activa que me permite ter e conciliar uma série de actividades que] me enriquecem a vários níveis”, RES2000/S1;

“Sou atenta e curiosa com o que me rodeia, embora a actualização (notícias, eventos, acontecimentos) tenha que se desenvolver”, RES2000/P3.

Há, neste estudo de caso, duas descrições no indicador “mudança” (MN5), com simples intensidade, obtendo nível **M**, em *RES2000/S1,P3*, acima registadas. Para além do referido, está presente explicitamente o indicador “ver algo de positivo no difícil” (MN4), registado com uma certa intensidade e obtendo também o nível **M**

“(tenho uma situação...) que me permite vencer o pior e aproveitar o melhor”, RES2000/T4.

A reflexão “ruminativa” e o compromisso pessoal já foram abordados, mas como este caso é rico, a justificação dos níveis obtidos é extensa e interessante razão pela qual está pormenorizado em anexo.

Portanto, como vimos, nem todas as alterações dão origem a variações na classificação, mas registam processos importantes.

4.3 Rui

4.3.1 Resumo (frase; perfil em desafio, compromisso e controlo; uma interacção entre o puzzle e o contexto; evolução)

Frase

Rui é uma pessoa persistente, com uma acção não vigorosa. É um puzzle calmo que vive um comprido e difícil percurso²²⁵, de rotina, com reflexão não “ruminativa”/saudável. Em 2000 a avaliação aponta para a possível existência de um momento complexo, com fortes significados, e em 2002, de uma rotina sem entusiasmo.

Antes de entrarmos na apresentação do caso queríamos dizer que o consideramos muito interessante pois, para lá de outros aspectos estudados, também nos interroga fortemente pela maior variação de registos em RES, relativamente aos 7 casos estudados. Depois de um primeiro estudo na linha dos outros casos e quando é feita a análise sincrónica do estudo do impacto do quotidiano difícil na resiliência avaliada, surgiu uma hipótese que seria importante verificar com mais um momento de avaliação, mas que não será realizado neste trabalho. A hipótese traduziu-se nas designações da “fase da alegria” e “fase da dificuldade quotidiana” para os dois momentos de avaliação neste estudo de caso. Assim, no caso do Rui, será justificada a razão da escolha destas designações e portanto desta hipótese. A restante análise passa a pressupor esta mesma reflexão e concretiza-se na verificação da coerência de leitura que este “paradigma” propõe.

Resumo do perfil de 2000 em compromisso, controlo e desafio

Relativamente ao compromisso, Rui não é seguro socialmente, segundo a nossa definição, pois não é descrito um grande envolvimento social, não é extrovertido e é tímido: estas duas últimas características, segundo diz, dificultam a interacção com a adversidade.

Também a descrição da frontalidade é entendida como negativamente importante. Por outro lado, refere uma mútua adaptação no casal, sublinhando que não activa o suporte social, mas que o sente. Questionado sobre a sua sociabilidade, refere que tem amigos e que tem uma variação de estado de espírito que o leva, por vezes, a faltar a compromissos. Quanto ao compromisso consigo próprio, acha importante e com frequência sente a razoável auto-estima. Em geral acha-se optimista, lembrando a sua comprida e geograficamente instável história de vida, mas pontualmente pode sentir-se pessimista, pelas suas agudas preocupações. As respostas a RES2000 registam um desses momentos, o que é coerente com a resposta à entrevista, no entanto, perante o pessimismo da esposa, adapta adequadamente o seu modo de estar, como já foi referido. Regista que percebe os sentimentos dos outros, para além de manter um controlo social ao nível da interacção com os mais próximos. Emocionalmente, quase sempre se controla e *noutros instrumentos de avaliação* descreve inúmeros campos de afazeres²²⁶. No entanto **em RES**, nada descreve sobre o controlo de tarefa. Talvez pela sua flexibilidade e controlos 2.º, funciona, continuando a ser uma pessoa activa. Tendo uma história lectiva e de emprego comprida e instável, mostra persistência, mas pouco vigorosa no que lhe é mais adverso, como refere noutros instrumentos. A descrição é omissa quanto ao *locus* de controlo interno.

Vejamos a elasticidade apresentada por Rui. Com muita frequência e entendendo-o importante aceita o desafio (em diversas actividades). Noutros instrumentos de avaliação refere que optou por um confronto e acção divergente em relação a seus pais e outras iniciativas de adaptação (nota anterior). A abertura, com uma religião exigente, é expressa neste documento RES²²⁷. Como já vimos, as alterações de decisão e opção, por diferentes campos de controlo secundário, denotam também flexibilidade e não rigidez na decisão e comportamentos.

Resumindo, há um percurso lectivo e de colocação profissional comprido e instável. Parece estarmos, essencialmente, em presença de uma resiliência traduzida numa persistência e superficialidade.

Interacção que o puzzle e o contexto permitem

Noutros instrumentos de avaliação, Rui indica que, aos 18 anos “saiu de casa tendo quase que se impor”. Em 2000 existe alto compromisso pessoal (também com auto-estima), a par

de um baixo compromisso social, com alto desafio e média flexibilidade, com controlo emocional, baixo *locus* de controlo interno e domínio de tarefa. Tem uma resiliência bem estruturada, tendo sido construída pelas suas possibilidades, também com um percurso lectivo comprido, envolvente e respectiva interacção. Rui é uma pessoa calma que gosta do desafio. Na interacção com os seus pais abre-se a uma espiritualidade exigente e de amizade e, por outro lado, não tem espaço de opinião: constrói “(...)o seu mundo onde vive, sem incomodar os outros” (*entrevista2000/R10*). Elabora assim a sua descentralidade e o baixo compromisso social avaliado com RES. Sendo pouco assertivo e gostando do desafio tem uma história grande e importante de iniciativas (com variação de contexto geográfico e de alteração de condições da actividade lectiva) o que pode também estar associado ao seu registo de auto-estima. Cria mais tarde deveres e suportes sociais estáveis (construindo uma família com descendência). Gosta da profissão para a qual se está a formar. No entanto, nada regista em domínio de tarefa nos 2 momentos de avaliação. A sua descrição de 13 expressões em 2002, tem uma classificação geral muito baixa e o compromisso pessoal também quase que desaparece. A actividade lectiva, continua comprida, e a actividade profissional é instável.

Evolução

Verifica-se um longo controlo secundário, C2.º, com iniciativa e talvez superficialidade. Em 2000 existe uma reflexão saudável, registado noutros instrumentos de avaliação, bem como flexibilidade, mas sem necessidade de independência social. Foi construído um compromisso pessoal com possibilidade de existência de auto-estima e um baixo compromisso social²²⁸. Apesar das iniciativas não tem necessidade de independência, o que é confirmado pela classificação com PCM²²⁹.

Há uma substancial variação de registo em RES's. A comparação com 2002 e posterior resposta a Compquest2002 realça talvez uma rotina de dificuldades com crises pontuais²³⁰ “quotidianas”, como a de 2002, mas espantosamente sublinha que em 2000 “(...) foi o momento mais marcante da minha vida, pela positiva” (Compquest/R7), que parece sobrepor-se a três simultâneas situações economicamente muito desfavoráveis²³¹.

Das 15 descrições de RES2000, diz não lhe acontecer o que entende negativo, e o que sente como mais frequente é muito positivo por 4 razões expressas no Quadro III: existência de desafio, auto-estima, ideais e controlo emocional.

Estas áreas de actividade por que optou, se são bem sucedidas, não pertencem a gerais exigências culturais do seu contexto²³².

4.3.2 Introdução- Leitura sucinta dos Gráficos da Avaliação em resiliência²³³

O nível deste perfil de resiliência, com uma dificuldade comprida e, pontualmente em 2000, com fortes tristezas e uma grande alegria: **1)** atinge valor médio em 2000 e um valor muito pequeno em 2002; **2)** questionam-se os aspectos que se podem associar a esta variação.

- 1) Pelos gráficos da Resiliência Global e por Dimensão, observamos um nível importante em 2000, de valor médio, pois indica um controlo, apesar de baixo (barra verde), mas um compromisso médio (azul claro) e forte desafio (amarelo). Quanto às contribuições parciais, vê-se que a contribuição do compromisso pessoal é grande (amarelo claro) e por outro lado, o lidar com o desafio é enorme (1.^a barra), sendo a flexibilidade também média (grená), o que leva à forte dimensão do desafio (amarela).

Associando também o Gráfico IIa, entretanto é pequeno o valor da resiliência em 2002 pois: desapareceu o controlo (desapareceu o positivo controlo emocional e surge o *locus* de controlo interno mas entendido negativo: item n.º39 e 40 em IIa); bem como o desafio (item n.º1 em IIa; o lidar com a palavra não o entusiasmo o suficiente; e os diferentes indicadores de flexibilidade também não estão presentes, *e.g.*, itens n.º 6 e 7 em IIa). O compromisso é a única componente dimensional com registo neste momento de avaliação. Temos um valor no compromisso pessoal semelhante ao do compromisso social (barras claras, 3.^a e 4.^a, correspondendo, em IIa, principalmente às contribuições dos itens n.º 11 e 25, 19 e 17, respectivamente). O nível do compromisso pessoal baixou bastante.

- 2) Em 2002, junto com esta falta de entusiasmo pelos diferentes indicadores para a descrição do seu perfil, nomeadamente de falta de controlo de tarefa, relativo às metas a que se auto propôs com maior prioridade e que referenciámos como culturalmente aceites, verificamos também acontecer o registo de um compromisso pessoal baixo.

Em 2000, para além da situação de falta de domínio de tarefa adversa, tem duas grandes dificuldades e uma grande alegria, que são também culturalmente aceites.

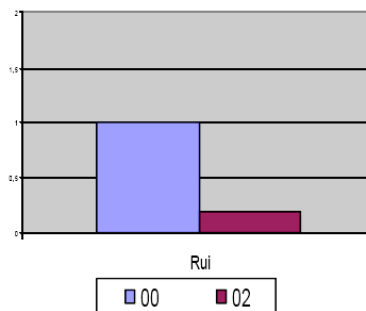
Em 2002 Rui refere em Compquest. que o seu dia a dia é de rotina e de uma dificuldade de domínio da adversidade e da existência.

4.3.3 Gráficos da Resiliência de RUI: Global, por dimensão e por subdimensão

Rui

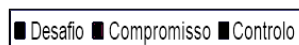
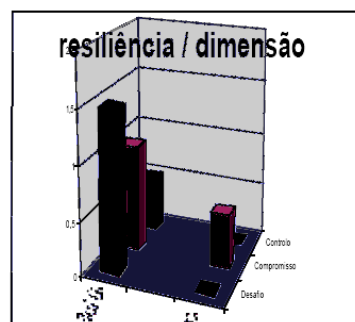
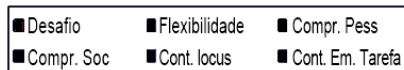
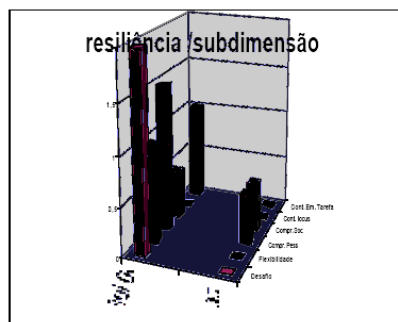
- Pessoa persistente, talvez superficial.
- É um *puzzle* calmo que vive um comprido e difícil percurso lectivo com reflexão saudável.
- Em 2000 teve “(...) a maior alegria da minha vida” e 3 tristezas (relembrando-se de 1).

resiliência global



7

Rui

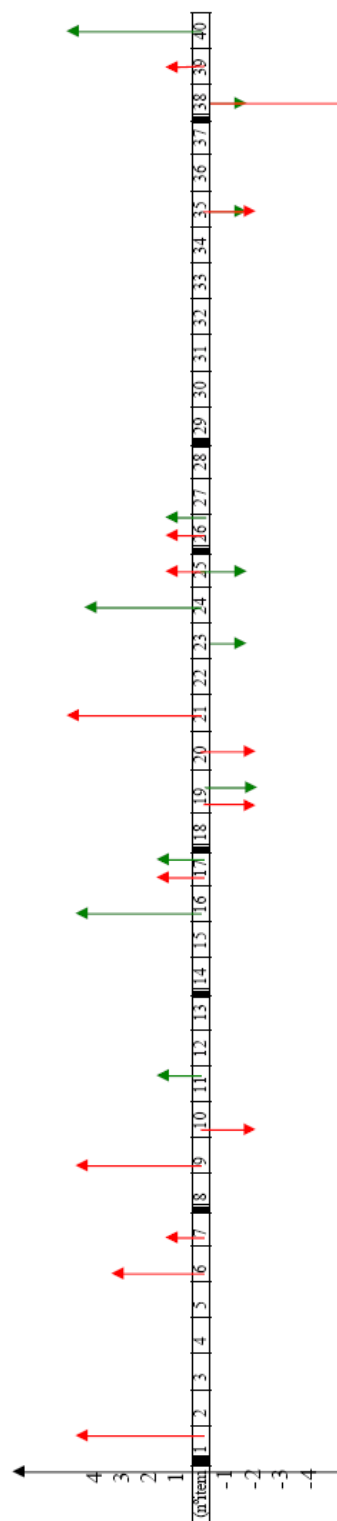


8

4.3.4 gráfico IIa - Análise de Conteúdo Prospectivo em RES

Gráfico II a- Análise de Conteúdo Prospectivo em RES's (sem ponderação externa)
Consistência de resposta*.

Rui



legenda: → intensidade do item/subdimensão em RES2000; → intensidade do item/subdimensão em RES2002; * Em resposta aberta, passados 2 anos e perante 40 itens, verifica-se uma menor escolha dos mesmos itens (após análise sincrónica²²², põe-se uma hipótese).

Intensidade do item: 1 e (-1)- simples afirmação (negação) do item; 2 e (-2)- afirmação (negação) do item considerada importante (negativa); 3 e (-3)- activação do item (da negação do item) afirmado; $\frac{4}{3}$ e $(-\frac{4}{3})$ - activação do item (da negação do item) sendo considerada importante (negativa); $\frac{5}{2}$ e $(-\frac{5}{2})$ - afirmação (negação) do item sendo considerada obstáculo (positiva); 6 e (-6)- directamente inferida a afirmação (negação) do item nº dos itens: 1-40 (ver correspondência no Quadro 1c, ou em anexo. Quadro 1d).

Dimensão	Desafio	Compromisso	Controlo
Substituição	Flexibilidade abertura imediata	Compromisso Pessoal actividade CET	Compromisso Social CT CE

4.3.5 Realces Gerais

Rui

Iremos descrever alguns aspectos introdutórios, passando posteriormente a realçar pontos de A a J, incluindo a justificação das designações das fases neste estudo de caso.

Rui tem, em 2000, uma configuração de resiliência simples mas bem estruturada, com excepção da falta de domínio da tarefa e um compromisso social que não alto, como vimos nos anteriores gráficos de resiliência. Igualmente se verifica que, em RES2000, aquilo que mais activa, ou seja, as áreas de mais constante acção ou reflexão, pertencem ao EU SOU e EU POSSO e não ao EU TENHO, e não as entende prejudiciais; além disso são subdimensões importantes/bem classificadas no nosso modelo, com indicadores de desafio, de ideais construtivos, de auto-estima e de controlo emocional.

Por outro lado, em 2000 verifica-se um pessimismo (RES2000/S1), **nas na entrevista**, RUI diz ser contrário ao seu modo de estar e associa-o ao momento difícil que vive

“Acha-se no geral optimista. A descrição de pessimismo de RES2000/S1 talvez tenha duas razões associadas: a sua variação de estado de espírito e o mau momento que está a passar: fim do seu emprego e da sua esposa, e o bebé que nascerá em Outubro”, (entrevista/R21).

De notar que, no mesmo momento de avaliação e apesar das grandes preocupações e passando momentos sentidos como bem difíceis, como acabámos de transcrever, Rui ainda se permite registar uma reflexão não ruminativa

“não penso demasiado no futuro” (entrevista2000/R6)

Por outro lado, nos seus registos pode-se ler uma actividade académica muito longa, com bastantes iniciativas para alterar a envolvente lectiva²³⁴ bem como empregos instáveis²³⁵. Em Rui pode-se registar uma constante actividade e uma presença de uma aparente calma.

Neste quadro geral, realça-se a existência de:

A) Actividade, mas também superficialidade

“Quanto ao conteúdo do trabalho (em diferentes partime’s) ele sabe que se se não entusiasmar muito, não rende e é superficial (...)Por vezes reflecte que esta também talvez seja a causa do ‘arrastamento’ do curso que frequenta na ESE e também do seu estudo anterior”, entrevista2000/R8;

B) Demasiado longo controlo 2.º, C2.º, ou seja, uma actuação que não envolve os seus objectivos principais. De notar que o seu agir parece estar fora do nível de exigência socio-cultural, pois a formação escolar tem sido baixa e o seu empenho tem-se traduzido numa alteração da envolvente lectiva bem como no encontro de trabalho precário, o que será analisado e resumido no Quadro 4.2 -Realização pessoal e/ou exigência cultural de Rui e no Quadro IIIa -Diferente registo em RES e noutros instrumentos de avaliação;

C) Actividade facilitadora

“(...) por vezes também necessita de um ambiente tranquilo - paisagem natural, ou uma moderada agitação citadina”, entrevista 2000/R4;

“(...para melhorar o ânimo tem acontecido) uma boa noite de sono para carregar baterias”, Compquest2002/R8.3;

D) Reflexão não ruminativa

“(nas vésperas do nascimento do bebé, verificando-se o desemprego da esposa, Rui tem trabalhos em partime e) actualmente está a terminar um deles e nem pensa demasiado no futuro”, entrevista 2000/R6

e está resumida no Quadro 4.2 -Realização pessoal de Rui e Quadro IIIa -Diferente registo em RES e noutros instrumentos de avaliação;

E) Grande preocupação sobre a estabilidade da economia familiar, analisada e igualmente resumida no Quadro 4.2 Realização pessoal de Rui e Quadro IIIa Diferente registo em RES e noutros instrumentos de avaliação

F) Coerência entre a sua experiência anterior a 2000 e a descrita no preenchimento **de RES2000**²³⁶, como por exemplo: o aceitar o desafio e

“(...) aos 18 anos saiu de casa dos pais (no estrangeiro e veio para Lisboa para casa da irmã) (...) quase que impôs aos pais (não conseguia estar mais tempo com eles)”, entrevista2000/R1,2,11;

o não alto compromisso social em 2000 e

“(...sem uma boa interacção com os pais que não admitiam outras opiniões) por isso sempre construiu ‘o seu mundo’ onde viveu sem incomodar os outros”, entrevista2000/R10;

a longa actividade lectiva referida em A) e a sua actual continuação (ainda não terminou o curso).

Relativamente a 2002 diríamos que:

G) Parece-nos ser um registo verdadeiro daquela situação de Rui. Apesar de existir uma grande variação na autodescrição (e.g., ver gráficos das dimensões em 2000 e 2002),

foi um cuidadoso registo (o tempo do preenchimento foi cumprido e a hierarquia é ainda mais completa que em 2000: em 2002 regista uma hierarquia de todas as respostas). As alterações verificam-se nos seguintes aspectos: muito menor nível na dimensão do desafio; muito menor compromisso pessoal; ligeiro aumento da reflexão, que prefere realizar sozinho; parece ser menos importante a timidez e a frontalidade²³⁷ (também o controlo social diz em 2002 não ter cuidado e antigamente existia um forte cuidado na interacção social, mas só em relação à família); continua suspenso o controlo da tarefa; o controlo emocional ‘desaparece’; há um novo registo relativo à responsabilidade pelo que lhe acontece, mas entende-o negativo.

H) Por outro lado, podendo agora olhar para trás, parece-nos existir um pico de exaltação em 2000 a que associamos a alegria,

“(...) o nascimento do meu filho, foi o momento mais marcante da minha vida”, Compquest2002/R7

Esta a razão ‘mais próxima’ porque apelidamos 2000 como a fase da alegria²³⁸. Neste momento, o preenchimento de RES2000 de Rui, comparado com o de 2002, merece uma análise. Face a uma exaltação pelo próximo nascimento do bebé (4 referências na entrevista2000/R5, 7, 16, 21), mas a fortes dificuldades, já referidas, apresenta um funcionamento que foi classificado com o nível médio: perante

“O facto de ter uma vida recheada de dificuldades a todos os níveis”, Compquest2002/R8.2.1, e sem ‘ruminação’, como assinalámos em D), apresenta uma estrutura tridimensional, de controlo²³⁹, de compromisso²⁴⁰ e de desafio²⁴¹, o que já não sucede em 2002.

Em 2002 registamos alguma dificuldade pontual por não ter podido contar com um amigo nesse momento (RES2002/T2 e Compquest/R10). Descreve-se então com uma estrutura débil, com algumas variações realçadas em G). Para além das respostas em RES, temos a **entrevista em que** escreve que tem actividade e desafio, (Compquest2002/R2), que não é ‘ruminativo’ D) (*idem*/R8.3), diz ter auto-estima e dominar outros campos sozinho (*idem*/R4), para além de sentir maior facilidade no controlo emocional (*idem*/R5), apesar das variações de ânimo quando se apresenta um novo problema (*idem*/R8.2).

I) Reflectindo sobre as avaliações realizadas neste estudo de caso, talvez exista uma dificuldade quotidiana em 2002, e, em 2000, uma alegria. Esta última faz exaltar e transparecer uma estrutura praticamente equilibrada que concomitantemente lhe dá ânimo

para se descrever como o fez e de encarar a situação de 2000 mais saudavelmente: 2000 é uma altura complexa, mas, na globalidade, talvez traduza um pico de alegria.

J) O momento de 2002 foi designado por “dificuldade no quotidiano”. Consideramos importante um novo momento de avaliação de Rui, mas, para já, não considerando a exaltação de 2000, sublinhamos que, pelo registo *noutros instrumentos de avaliação*, na alínea H), a vulnerabilidade de Rui talvez vá aumentando²⁴², sendo a sua resiliência baixa mas não crítica: este elemento é activo e não é ruminativo. Por outro lado, em 2002, entendendo prejudicial, com intensidade diz

“acredito que o que se passa na minha vida depende muito de mim”, RES2002/S2;

pelo amigo que não o ajudou, confirmado por Compquest.

com intensidade entende negativo “posso sempre contar com um amigo”, RES2002/S2;

“ Talvez pelo facto de o meu amigo não me ter feito um favor, na devida altura me levou a considerá-la uma característica destrutiva”, Compquest2002/R10;

e pelo mau-estar na ocupação que exerce, tendo concorrido para outro lugar, propomos que o momento da avaliação de 2002 corresponda a uma fase de dificuldade quotidiana, como dizíamos.

Assim, na análise da resiliência de Rui, considerámos três fases:

<i>Anterior a 2000:</i>	Fase das decisões	- “saiu de casa”: grandes alterações geográficas, socio-culturais, e de envolvente lectiva. Constituição de família própria.
<i>Em 2000</i>	Fase da alegria	Activa mais a auto-estima, fé em Deus, desafio e controlo emocional, no entanto sente-se pessimista, tem uma cognição não ruminativa, é activo, não tem domínio de tarefa nem locus de controlo interno
<i>Em 2002</i>	Fase da dificuldade quotidiana	- entende prejudicial a sua responsabilidade pelo que lhe pode acontecer, melhor compromisso social, uma cognição não partilhada

Entretanto, vamos sintetizar o 1.º momento da avaliação com três instrumentos de avaliação. Na avaliação²⁴³ em RES (1,0: 1,50/1,00/0,50), FIPE (-/5/3/-) e PCM (1,5, média 1,33) na 1.ª avaliação (2000), Rui demonstra grande flexibilidade em RES (tanto no desafio como na flexibilidade) o que se verifica em FIPE e PCM. Neste caso também parece não existir necessidade de independência (PCM), facto que em RES também já foi analisado.

4.3.6 Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas

Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas

RUI Determinação: Alguma construção deste grau de resiliência com longo controlo 2º, C2º, com iniciativas e superficialidade		
A) suporte social Família, e.g. s/ espaço de opinião; c/diversidade geográfica; apoio económico até 21 anos. Irmã, deu apoio na actividade lectiva	B)Desafio C)Flexibilidade D)Controlo emocional "(...)quase que me impus" E) s/ extroversão "(...)construi o meu mundo onde vivo sem incomodar os outros" 18 anos Estrangeiro	Experiências marcantes (e alguma história) Saiu de casa
	21 anos Portugal continental	Termina Ensino Secundário Ingresso Ensino Superior c/ nova alteração geográfica
	Região autónoma EU SOU	nova alteração geográfica Universidade Instituto Politécnico
	Portugal continental Fase alegria, 2000	Casamento Pequenos trabalhos R) Desempregos S) Bêbê
EU TENHO RES's A S) Suporte social (família, amigos, esposa e bebé) (a) que não activa na situação difícil e Amigo que não ajudou (2002)	Alterações E) s/registo timidez e frontalidade, dando-se facilmente c/ outros, s/ grandes cuidados na interacção social Q) c/ locus controlo interno considerado prejudicial B)s/ registo de desafios F) s/ registo autoestima mas conhece-se G) s/ prática religiosa Fase rotina difícil, 2002	EU POSSO D) controlo emocional E) s/ extroversão, c/ timidez e frontalidade (entendidas prejudiciais) Como é activo CRAT) actividade: actividade c/ amigos [construção da sua família, controlo social A), pequenos trabalhos CR), entrevista] J) perfil académico não é bom [mantém-se, entrevista e em 2002]
Entrevistas L) actividades facilitadoras	M) superficialidade N) reflexão saudável CO) flexibilidade s/ independência (entrevista; nível 1,5 em PCM)	IA) controlo social (em relação aos + próximos) porque é activo e a esposa pessimista, não activa A), (a) P) o maior entusiasmo é dar aulas
sem registo de alterações visíveis		
Mantém-se C(flexibilidade), E (não extrovertido), I (activo), J, M, N (mais intenso e sozinho) o registo de alguma flexibilidade, actividade, perfil académico, superficialidade, reflexão saudável e (tendo actualmente esposa e filho) não se considera extrovertido.		
Ânimo: locus controlo interno prejudicial Q), mas continua activo I) e sem reflexão negativa N).		
Legenda EU TENHO, SOU e POSSO: algumas das facetas anteriores ao choque, A-P, directamente registadas. Os dados fora de são de entrevistas. Respostas ao instrumento RES's de A-J. Alterações e dinâmicas e sublinhados). A dinâmica da carece de mais provas. PCM é um instrumento de avaliação dos sistemas conceptuais de D. Hunt; RES e Compquest são instrumentos de recolha de dados para avaliação da resiliência, por nós elaborados; entrevistas (entrevistas 2000 e Compquest 2002).		

4.3.7 Registo de possíveis Processos/Dinâmicas

Rui

Em 2002 parece poder-se fazer a seguinte leitura geral: face às adversidades intensas e duradouras e em relação a cada um dos 3 campos, Eu Tenho, Sou e Posso, o que lhe sucede com maior frequência e coloca em 1.º lugar é também o que entende ser mais importante; por outro lado, o que coloca em 2.º lugar e que mais lhe acontece são expressões que, na situação difícil, entende prejudiciais. Assim, o seu funcionamento parece ser saudável, no sentido de um maior optimismo quiçá indirecto²⁴⁴ (como iremos realçar no resumo da 2.ª coluna do Quadro IIIa), no entanto logo a seguir, está presente, em cada um dos campos, algo que entende negativo.

Em 2000, pode ser feita uma leitura geral mais positiva, com o seguinte sentido: Não activa itens do Eu Tenho; activa dois itens no EU Sou: com a *máxima intensidade* diz que

“(tem)tenho uma auto-estima razoável”, RES2000/S2 e que “(tem)tenho fé em Deus”, RES2000/S3; no Eu Posso, nas 7 autodescrições, sucede com grande frequência mais uma delas e considera-a importante

*“aceito o desafio em diferentes tipos de actividades”, idem/P5
e, de um modo simples, diz “quase sempre consigo controlar-me”, idem/P7.*

No nosso modelo estes aspectos mais frequentes da descrição do seu perfil são importantes pois implicam compromisso e confiança, desafio e algum controlo, ou melhor, um desafio, compromisso e controlo, no dizer de Kobasa.

O modo como se descreve tem estes aspectos que considera acontecerem mais continuamente na adversidade, mas não são as únicas descrições. Propomos dinâmicas do modo como esta estrutura humana e a envolvente, identificadas pelas características directamente registadas **A-I**, colidiram, e iríamos fazer sobressair as alterações: **B**), a timidez em **E**), **F**)**G**)**N**)**Q**). **A**) presença do suporte social; **J**) menor perfil académico (que se mantém); **L**) tem actividades facilitadoras; **S**) está para nascer o primeiro filho, no EU TENHO. **B**) aceita com a máxima intensidade desafios; **C**) tem flexibilidade; **F**) forte intensidade na sua auto-estima; **G**) tem uma religião construtiva; **H**) está pessimista, no EU SOU. **D**) Tem um inicial controlo emocional; **E**) não se sente extrovertido e refere-se à

timidez e frontalidade; **I**) é activo (com amigos; construção de família própria; **M**) refere que é superficial; **N**) verifica-se que tem uma reflexão saudável; controlo social); **O**) não tem independência na flexibilidade; **P**) “(...) o maior entusiasmo é dar aulas”, **Q**) prejudicial *locus* de controlo interno; **R**) instabilidade em pequenos empregos, no EU POSSO. Ver Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas deste caso estudado.

Fase das decisões (Compquest)

Campo EU TENHO: Pessoa com suporte familiar de espiritualidade construtiva, de diversidade geográfica e de apoio lectivo fora da casa paterna

Campo EU SOU: Pessoa que aceita o desafio, com espiritualidade, flexível

Campo EU POSSO: Pessoa calma. “constrói o seu mundo e não incomoda os outros”. Sai da casa paterna. Tem vivências com diferentes alterações geográficas e tem dificuldades na actividade lectiva. Mais tarde constrói a sua família

Vejamos como Rui interacciona com a sua envolvente através das descrições de **A-P**, registadas em RES e na entrevista inicial. Rui tem experiências diversificadas com alteração de contextos culturais e educativos. Inicialmente vive no estrangeiro num ambiente familiar com vivência religiosa em que constrói a sua exigência e Amizade espiritual (RES2000/S3) (**G**) no Quadro III). Neste ambiente paterno, sente que não é compreendido e não tem espaço de opinião

“ Nunca houve uma boa interacção com os pais e estes não admitiam outras opiniões (...)”, entrevista/R10).

construindo o seu próprio mundo, como já foi referido. Hoje não se sente extrovertido e em sociedade sente timidez

entendendo-os negativo diz “Sou tímido”, RES2000/P3, e “Sou frontal”, idem/P6, E).

Mas tem-se mostrado sempre uma pessoa calma **D**). No entanto não se conforma com a falta de interacção social e, tendo familiares noutros contextos geográficos e culturais **A**), aceita o desafio e sai de casa, como já transcrevemos (*idem*/R11), **I**, **B**). Este é o primeiro dos desafios mais visíveis e aceites por Rui. O domínio da actividade lectiva não é exemplar **J**), e tem muitas iniciativas para alterar a envolvente lectiva resumidas no QuadroIII, que o levam a diferentes geografias e culturas. O sentir a auto-estima, **F**), talvez possa também estar ligado a estas concretizações de muitas iniciativas. Mas

acontece, por exemplo, que as diferentes iniciativas não puderam estar associados a um domínio mais seguro da actividade académica, **J**)²⁴⁵, e pode ser observado que o *locus* de controlo interno não é abordado no preenchimento de RES2000. Verifica-se que este panorama de resultados académicos é essencialmente o mesmo²⁴⁶ depois de constituir família, **A**).

Fase da alegria

Campo EU TENHO: É uma pessoa que tem suporte social (família, amigos, esposa e nas vésperas do nascimento do filho) mas quotidianamente não se socorre dele na situação difícil. Não sente necessidade de independência. Tem actividades facilitadoras

Campo EU SOU: É uma pessoa que com intensidade sente ter auto-estima, ser flexível, descentrado, ter uma religião construtiva e aceitar o desafio em diferentes campos. É superficial e temporariamente pessimista

Campo EU POSSO: É uma pessoa calma, constrói uma família própria e descendência, tem muitas iniciativas²⁴⁷, não regista domínio de tarefa e não se pronuncia sobre o *locus* de controlo interno, tem uma reflexão saudável. Apresenta um compromisso social baixo.

Pelo preenchimento de **RES** nota-se que Rui se sente pessimista,

entendendo-o negativo, “Sou pessimista”, RES2000/S1, H).

Entretanto na entrevista sobressaem dois aspectos já realçados: Rui refere que geralmente é optimista mas nesse momento tem grandes preocupações económicas de aumento de despesa e redução drástica de receitas, a que talvez agora associemos a exaltação do nascimento, como referimos. Quanto ao pessimismo, descrevemos também outro aspecto: perante a esposa, teatraliza um optimismo, pois algumas vezes ela necessita dessa atitude

“sendo a esposa pessimista tem cuidado em ser sempre optimista a seu lado e até a exprimir o que nem sempre sente mas lhe parece mais adequado à situação (ter de ficar em casa pela falta de colocação...)”

idem/R7, I) no Quadro III.

A propósito da situação difícil, verifica-se em RES que não solicita o suporte social, mas ressalta a existência, com muita intensidade, de características importantes do nosso modelo e, perante o desenrolar da actividade lectiva, talvez também seja importante sublinhar aqui que, dos trabalhos que já teve,

“o que mais gosta é de dar aulas” (idem/R19), G) Quadro III e Quadro 4.2

A par disto, também refere um conteúdo de reflexão não é “ruminativo” e saudável, continuando activo ao procurar outras formas de subsistência temporárias, mas também, com o que designámos como actividades facilitadoras. Quando sente necessidade, não

hesita em alterar combinações e muda para um envolvimento mais tranquilo mesmo que seja urbano(*idem*/R4), **L**), o que continuamos a incluir no Quadro III.

O seu perfil e envolvimento foram construindo uma resiliência saudável mas a que parece fazer bastante falta o domínio da tarefa e como dissemos também não existe *locus* de controlo interno. Parece também que é demasiadamente longo o controlo secundário. Verifica-se que, com o seu perfil total, mas mais directamente a actividade e o desafio, foi-se construindo uma já referida resolução de problemas com superficialidade (*idem*/R8), **M**), não investindo muito na actividade lectiva e profissional. Sublinhamos o C2.º de Heckhausen e Schulz e o nível crítico das expectativas²⁴⁸.

Por outro lado, o compromisso social avaliado não é alto, no entanto, constrói uma família melhorando as possibilidades de estabilidade neste campo. De notar que, na sua acção quotidiana, não fica à espera que os outros resolvam os seus problemas mas apoia-os (*idem*/R7) e ajustando-se, **C**), constrói-se

“(...) também a sua esposa falava muito e ele muito pouco. Actualmente está tudo’ mais equilibrado’(...)”, entrevista2000/R7

Simultaneamente tem actividade facilitadora, **L**) e desde que casou trabalha em *partime* **I**), sendo actualmente um dever que descreve

“(...no partime actual) apesar deste último não o entusiasmar, fá-lo pois é um dever(...)”, idem/R8

Entretanto esteve muito tempo dependente economicamente e hoje também conta com a contribuição económica da sua esposa, mas não o sente (não activa o EU TENHO). No entanto, verifica-se *noutros instrumentos de avaliação*, em PCM, que ainda não há necessidade de independência, **O**), ver Quadro III e ponto 3 do Quadro 4.2.

Fase da rotina difícil²⁴⁹

Campo EU TENHO: É uma pessoa com suporte social importante. Tem actividades (com outros) e, quando necessário “(...) um bom sono” resolve tudo.

Campo EU SOU: É uma pessoa que, intensamente regista fazer uma reflexão sozinha. Parece-nos continuar a ser superficial²⁵⁰. Suspensos vários indicadores.

Campo EU POSSO: É uma pessoa com maior compromisso social, embora não muito alto. Regista ter um *locus* de controlo interno que entende prejudicial. Vários indicadores estão suspensos.

Como a justificação do título desta fase já foi feita, importa, nesse enquadramento, encontrar uma leitura construtivista. Pelos dados que temos e como o Quadro III assinala, há um novo registo **Q)**, *locus* de controlo interno entendido prejudicial, o que traduz um sentir concreto. Julgamos que pode ser fruto do mau ambiente de trabalho que sente, ponto 4 do Quadro 4.2, dos resultados das iniciativas que tem, nomeadamente do amigo que não o ajudou, ponto 10 do Quadro 4.2 e **A)** do Quadro III²⁵¹. Para nós, e com os dados que temos, associado a **Q)** há uma redução de outros indicadores. Para sabermos se seriam todos os outros indicadores diferentes de RES2000, nomeadamente **B)** **F)** desafio e auto-estima, e ligeiramente **G)** um pequeno vector quanto à prática religiosa, dependeria, como dissemos, de um novo momento de avaliação de Rui. Quanto à timidez **E)**, propomos que a sua maior experiência com a dificuldade que vai ultrapassando, em 2002 já lhe permite ser mais assertivo socialmente. Assim, não se descreve como tímido em **RES2002** e assinala-o *noutros instrumentos de avaliação*, quando compara as suas respostas em RES's

“(...) Já não sou tímido (...)”, *Compquest2002/R2*.

o que está resumido na coluna 4 do Quadro IIIa.

Quadro 4.2 – Realização pessoal e/ou exigência cultural sentida por RUI

10 pon- tos	1 <i>locus</i> de controlo interno	2 resolução económica precária	3 processo de resolução de tarefa	4 grande história de dificuldade	5 sucesso lectivo	6 Realização profissional	7 auto- estima	8 desafio	9 nasci- men- to do bébé	10 utiliza- ção do suporte social
ano 2000	—	<i>partime's</i> X RES	— excepto a) b)	desempregos (quando o ordenado é + preciso!)	—RES	—	X	Aceita desafio diferentes actividades	X X	sente-o
ano 2002	existe mas é prejudicial	<i>partime's</i> X outros doc.	— excepto b)	não gosta ambiente trabalho; entretanto concorre; + tarde o ambiente melhora	—RES X outros doc.	da sua experiência, o que mais gosta é de dar aulas	—	—	—	RES/T2 Ajuda que não teve
docu- men- tos	RES	RES e outros doc.	RES	outros doc.	RES e outros doc.	outros doc.	RES	RES	ou- tros doc.	RES

Legenda: **a)** aceita/enfrenta o desafio (RES); **b)** não planeia a longo prazo (RES); **X-** existe registo;
— não existe registo.

Abreviaturas: +-mais; **doc.-** documento(s); **RES-** nosso instrumento de avaliação em RESiliência

A realização pessoal e/ou a exigência cultural parecem que foram sentidas, Quadro 4.2: o *locus* de controlo interno em 2000 não existe e, em 2002, regista-o mas entende-o prejudicial, (RES2002/S2), como realçámos. Portanto, em 2002, não está contente com a responsabilidade pelo o seu percurso, **nem** em 2000 entende que, o que se passa na sua vida, é suficientemente positivo para o exprimir **em RES**, ponto **1** da Quadro 4.2 - Realização pessoal / exigência cultural sentida por Rui. No entanto, como o ponto **2** assinala, sabemos explicitamente por outros instrumentos de avaliação, que Rui continua a resolver o seu quotidiano económico. Mas, em 2002 pelo ponto **6**, esta resolução não é considerada a tarefa sentida como principal e suficiente para o seu processo ser registado **em RES** (ver ponto **3** - o que também será registo da **2.ª função**, na coluna 3 do Quadro IIIa).

Continuando, a sua história de dificuldade é muito grande, ponto **4**, e o longo percurso lectivo também está incluído nessas adversidades, ponto **5**. Profissionalmente diz que o que mais gosta de fazer é de dar aulas, ponto **6**, e, por isso, vai continuando a lutar, mas em 2002 tem um perfil de resiliência baixo, pontos **7**, **1** e **3** (não escreve que domina a tarefa). Interrogando-nos sobre a diferença de registo em RES2000, em relação a 2002: Temos a auto-estima, o desafio e o não domínio do processo de resolução de problemas difíceis, pontos **7**, **8** (tem flexibilidade) e **3** respectivamente; Mas também temos o ponto **9** que é sentido de um modo fortíssimo, bem sublinhado noutros instrumentos de avaliação. Talvez uma resposta à variação dos registos em RES esteja na alegria, **9**, que se sobrepõe a tanta dificuldade, **4**, levando também ao registo do desafio e do sentir a sua auto-estima de um modo suficiente para ser registado em RES, pontos **8** e **3**, o que parece não ser suficiente para, com importância e orgulho, registar a responsabilidade pelo decurso da sua vida, ponto **1**, pois não era exactamente assim que a idealizava, como refere noutros instrumentos de avaliação, ponto **6**. Os pontos **5** e **6**, são metas ainda não alcançadas, razão porque o *locus* de controlo ainda não é registado em 2000, ponto **1** e coluna 1 do Quadro IIIa. Talvez a mesma razão parece poder-se apontar para a situação de 2002, quando a euforia passa, ponto **9**, e sente a falta de realização, descrevendo-a como negativa em RES, ponto **1**, levando a uma falta de urgência de um registo com auto-estima, ponto **7**, mas também dos pontos **3 a)** e **8**. De notar que no momento de avaliação de 2002, acontece o ponto **4**, e uma ajuda que não se pode concretizar e que foi registada em RES2002/T2: entendendo-o negativo diz que “posso sempre contar com um amigo”.

Passando ao Quadro IIIa- Diferente registo em RES e noutros instrumentos de avaliação, o seu resumo está assinalado na última linha. Na 1.^a coluna- a análise parece indicar que estamos perante aquilo que chamámos 2.^a função da utilização de diferentes tipos de instrumentos de avaliação ao referir-se à sua realização pessoal: em 2000 não exprime o *locus* de controlo interno e em 2002 entende-o prejudicial talvez porque se sente não realizado com o que lhe acontece. Em 2000 está contente mas, em geral, ainda não sente uma expectativa segura quanto ao domínio futuro da tarefa²⁵², e em 2002, estando desagradado com a rotina difícil, exprime o que não queria que fosse o futuro da resolução da sua adversidade pois acha que é prejudicial. 2.^a coluna- será 1.^a função quanto à não reflexão “ruminativa”; e 2.^a função quanto ao optimismo, que diz ter noutros instrumentos de avaliação em 2000 (e em RES diz ser pessimista). No entanto indirectamente

Quadro IIIa – Registo em RES e noutros instrumentos de avaliação**RUI**

	Coluna 1 Quadro 4. 2 Realização pessoal/exigência cultural sentida por RUI		Coluna 2 Reflexão não ruminativa ,7		Coluna 3 Domínio autónomo de tarefa e coluna 1		Coluna 4 o que sobressai para além da coluna 1	
	outros doc.	RES	outros doc.	RES	outros doc.	RES	outros doc.	RES
2000 fase alegria	Bébé 4 dificuldades ³ <i>partime's 2</i>	1 religião auto-estima desafio <i>partime's 2</i> (para resolução de problemas económicos) s/ <i>locus</i> controlo interno	3	pessi- mismo	2 sem necessidade de indepen- dência	2 sente o apoio social mas n/ o activa; s/r domínio		c/ timidez 6
2002 fase dificuldade quotidiana	outras dificuldades ³ <i>partime's 2</i>	1 omissio c/ <i>locus</i> controlo prejudicial 5	4 omissio 3 7	(1 omissio) + negativa, não ruminativa	resolve sozinho	forte reflexão 8 e não ruminativa; s/r domínio	sem 6	(com 5) 6 omissio
							interacção^e social s/ variação de nível c/pequena melhora	
resumo	2. ^a função		2. ^a função -optimismo 1. ^a função -s/ reflexão "ruminativa"		2. ^a função		quase	1. ^a função

Legenda: **1-** com fé, auto-estima, desafio, resolução problemas económicos, sem *locus* de controlo interno; **2-** com resolução problemas económicos; **3-** com dificuldades; **4-** nascimento do bebé; **5-** com *locus* de controlo interno; **6-** com timidez; **7-** reflexão não ruminativa; **8-** reflecte sozinho com intensidade. A coluna 1 está realçada por ser o resumo do Quadro 4.2. Abreviaturas: **doc.**- documento(s); **s/, c/, n/-** sem, com e não, respectivamente; **s/ r-** "sem registo de...".

1.^a função- igual registo em diferentes tipos de instrumentos de avaliação; **2.^a função-** diferente registo em diferentes tipos de instrumentos de avaliação, em que tentamos indicar a respectiva justificação da resposta em RES.

mostra ser optimista em RES2002, ao decrever que lhe sucede, com a maior frequência, o que entende positivo e importante (e só em 2.º lugar colocar o que entende prejudicial). Coluna 3- para o domínio de tarefa consideramos presente a 2.ª função pois, *noutros instrumentos de avaliação*, diz resolver sozinho e nas 2 avaliações **em RES** não se refere ao domínio de tarefa (em 2000 escreve que aceita o desafio), com certeza pela análise feita e resumida na coluna 1-Realização pessoal/ exigência cultural, deste Quadro IIIa. Sobre o compromisso social, Coluna 4, diríamos que estamos “quase” perante uma 1.ª função: em RES2000 diz ser tímido e entende negativo o ser frontal (não existindo nada em contrário *noutros instrumentos de avaliação*); em 2002 diz não exercer um controlo social (RES2000/P2) não dizendo exactamente que não é tímido, como refere *noutros instrumentos de avaliação* (Compquest/R2) ou que é frontal, sem o entender prejudicial.

Consequências da variação: parece existir calma, muita iniciativa mas superficialidade e reflexão saudável, embora com pessimismos temporários. Construção de um suporte social próprio (com direitos e deveres). Não sente o domínio de tarefa e o *locus* de controlo interno quando surgiu, em 2002, é considerado negativo. Os outros pilares de resiliência em 2000 são bons e funcionaram num sentido positivo ou saudável. Tem tido um controlo secundário muito longo, que continua a existir em 2002.

Também o quotidiano é sentido como difícil e origina variações de ânimo não “ruminativas”. Talvez falte espaço para o desenvolvimento pessoal com a superficialidade e tanta dificuldade. Os dados parecem indicar o desaparecimento da estrutura mais saudável, exaltada na ‘fase de alegria’ com o que “de melhor lhe aconteceu na vida” (Compquest2002/R7), transparecendo um outro nível de ânimo em 2002!

4.3.8 quadro IV - Correlação entre as 3 Dimensões

Rui

? de des- crições fases	Desafio	Compromisso	Controlo
	desafio flexibilidade	pessoal social	<i>locus</i> emocional e tarefa
Anterior a 2000	A)variação geográfica C) flexibilidade	A) suporte social E) s/ extroversão	D) “quase que se impôs”
2000 fase da alegria	B) desafio G) religioso proactivo C) com flexibilidade	F) auto-estima H) pessimismo E) s/extroversão e entende negativo o ser frontal e tímido D) controlo social com os + próximos, é activo c/ amigos	D) c/ controlo emocional J) perfil académico fraco I) forte acção em diferentes actividades (pequenos trabalhos)
2002 fase da dificuldade quotidiana	<p>itens omissos</p> <p>N) sem desafio F) sem auto-estima H) s/ pessimismo D) s/ controlo emocional</p> <p>G) sem prática religiosa E) não regista a frontalidade aumento</p> <p>F) autoconhecimento E) sobe o nível da não timidez (deixa de o registar) e diz n/ ter cuidado na interacção social novos itens</p> <p>Q) <i>locus</i> de controlo interno prejudicial N) forte reflexão não ruminativa I e A) utiliza o suporte social para a acção, e entendeu-o prejudicial</p>		
2000-2002		O) sem necessidade de independência (PCM e entrevistas); c/ família própria	S) bebé R) desempregos I) activo M) superficialidade P) entusiasmo c/ profissão docente L) actividade facilitadora

Legenda: Dados de RES estão limitados pelo quadrado a negrito. Retirámos a separação entre as dimensões pois há alterações de intensidade registadas para as três dimensões (“aumento (...)”; “menor exuberância (...)”; “novos itens(...)”.

A)-S):designações das características apresentadas em 4.3.7 *Registo de Possíveis Processos/Dinâmicas*

Parece-nos mais fácil reflectir, nesta particular correlação de dimensões, sobre o modo como baixaram os itens. De facto o nível dos indicadores diminui nas três dimensões. No desafio, deixou de fazer referência e lidar com a palavra desafio, **B**) e diminuição da flexibilidade, nomeadamente a abertura religiosa, **G**); no compromisso temos o desaparecimento/não registo da auto-estima (e surge um novo indicador de menor peso, o autoconhecimento), **F**) do pessimismo, **H**) e da frontalidade negativa, **E**); e no controlo, nesta dimensão com menor expressão, deixou de registar o controlo emocional, **D**). Atingiu um baixo valor em resiliência pela diminuição e omissão de indicadores, mas também pelo surgir, como negativo, o registo do *locus* de controlo interno, **Q**). Mas não está inactivo nem ruminativo, **I** e **N**), e regista um melhor compromisso social com uma menor timidez, **E**).

4.3.9 Exemplos de classificação

Relembrando a designação de máximos níveis, MNi's, e a sua correspondência com cada um dos indicadores das diferentes subdimensões neste constructo estudado, descrita e posta em relevo em 3.4.1²⁵³, vamos recolher alguns dados sobre a classificação obtida neste estudo de caso descrita em anexo²⁵⁴, passando a constituir exemplo do nível obtido em resiliência. Realçamos de novo que a classificação é fruto só das respostas em RES.

Na escala A, M+, M, B+ e B, e em 2000, Rui obteve A e M, respectivamente nas subdimensões do desafio e flexibilidade; M+ e B+, no compromisso pessoal e social, respectivamente; e B no *locus* de controlo interno e M no controlo emocional e de tarefa. Em 2002 e seguindo a mesma ordem da enumeração das subdimensões, Rui foi classificado com B e B; B+ e B+; B e B.

Como já relembrámos, e posteriormente à conversão numérica, obtiveram-se os respectivos Gráficos da Resiliência para Rui, anteriormente apresentados.

Explicitando a classificação no desafio, nas duas subdimensões, diremos que em 2002 obteve **B** e **B** pois não se descreve nesta dimensão. Em 2000 é bem diferente: Obteve **A** pois, com a máxima intensidade, se refere ao desafio (MN3) dizendo que

“Aceito o desafio em diferentes tipos de actividades”, RES2002/P5

e, na flexibilidade, obteve **M**, pois em ideais (MN2) e respectiva abertura, com frequência diz que

“Tenho fé em Deus”, RES2000/S3

Faz uma outra descrição, e de um modo simples, no indicador da sensibilidade (MN1):

“Percebo mais ou menos os sentimentos dos outros”, RES2000/P4,

onde obteve nível B+. Foi então classificada nesta subdimensão da flexibilidade com o nível **M** (máximo valor destas duas descrições).

Na dimensão do controlo em 2000 obteve: **B** no *locus* de controlo interno, pois não há nenhum registo e, na subdimensão do controlo emocional e de tarefa foi classificada com **M**, pois no indicador do controlo emocional (MN5), refere que

“Quase sempre consigo controlar-me”, RES2000/P7

e no domínio da tarefa refere-se unicamente *“não gosto de fazer planos a longo prazo”*, entendendo-o negativo. Este último aspecto contribui com o nível B. Assim fica com M nesta subdimensão, por ser o máximo valor obtido. Em 2002 ficou com nível baixo nas duas subdimensões pois passa a não falar no controlo emocional, registando baixa intensidade no controlo social, classificado com B, voltando a referir-se ao não planear. Atingiu assim o nível **B** no controlo emocional e de tarefa; quanto ao *locus* de controlo interno, há uma referência em 2002 (MN1), mas de baixa intensidade, **B** pois entende negativo o

“acreditar que o que se passa na minha vida depende muito de mim”, RES2002/S2

Quanto ao compromisso pessoal, em 2000, vai obter nível **M+**, sendo esta a classificação final nesta subdimensão, pois com a máxima intensidade refere que

“Tenho uma auto-estima razoável”, RES2000/S2

Também regista o seu pessimismo, entendendo-o negativo (RES2000/S1), obtendo para este indicador (MN4) o valor B. Em 2002 só se refere à autoconsciência (MN2) com o máximo nível (RES2002/S3), pelo que obteve valor **B+**, sendo esta a classificação obtida no compromisso pessoal.

4.4 Carmina

4.4.1 Resumo (frase; perfil em desafio, compromisso e controlo; uma interacção entre o puzzle e o contexto; evolução)

Frase

Carmina

A amizade como principal preocupação de um puzzle pessimista.

Resumo do perfil de 1997 em compromisso, controlo e desafio

Verifica-se a existência de um compromisso pessoal, embora com pessimismo, e um envolvimento em actividades, principalmente com outros pares. Por outro lado, desenha-se uma preocupação na área do compromisso social, numa amizade especial. O seu perfil de interacção social parece ser essencialmente gregário e diz apelar bastante para este suporte. Em relação ao domínio de tarefa, a par da descrição de uma difícil resolução de problemas, em que é sentida uma falta de forças descrita com grande intensidade, é expressa a existência de um controlo emocional (também em 1998) e de um controlo social. A vários níveis, a sua elasticidade parece ser grande, nomeadamente aposta em desafios na área da amizade. É também muito sensível às crianças, por exemplo, e ao papel da sua Avó (como conselheira), bem como pretende mudar algumas atitudes e preocupações com a aprendizagem, empregando os termos “tenta” e “aprende” em diversas situações.

Interacção que o puzzle e o contexto permitem

Socialmente não parece existir segurança, mas uma certa facilidade de diversificação da amizade (não dando sinais de se sentir marginalizada aquando um vazio social forçado). Intensamente solicita o seu suporte social, parecendo que lhe facilitou o ultrapassar da dificuldade.

A segurança pessoal concretiza-se também num perfil de responsabilidade pela sua história, de reflexão, mas de pessimismo consistente, durante o desenrolar do processo em 97/98. Foi talvez importante o ter sentido, em momentos muito difíceis, uma não alta resiliência mas bem estruturada, com indicadores nas 3 dimensões e que, no modelo e relativamente às diferentes subdimensões do constructo, foram entendidos importantes.

Na resolução de problemas é uma pessoa com um pessimismo intenso mas que parece não ser ruminativo, e que pretende mudar, que é activa, embora não muito feliz, talvez também por ter perdido um combate que sentiu importante (uma continuação de uma amizade especial).

Evolução

Parece verificar-se “um encolher” ou uma diminuição do nível de resiliência nas três dimensões, com um aumento da intensidade da dependência social. A resolução do problema da amizade, fortemente sentida, parece ainda não estar completamente resolvida.

4.4.2 Introdução- Leitura sucinta dos Gráficos da Avaliação em resiliência²⁵⁵

Carmina tem uma resiliência acima do valor médio, na primeira avaliação, e diminui na última avaliação. Foi descrito um choque neste intervalo de tempo entre os dois momentos.

1) Vamos analisar o nível de resiliência em 1997. Em 2) iremos debruçarmo-nos sobre a variação da avaliação, em geral, e no controlo, em particular.

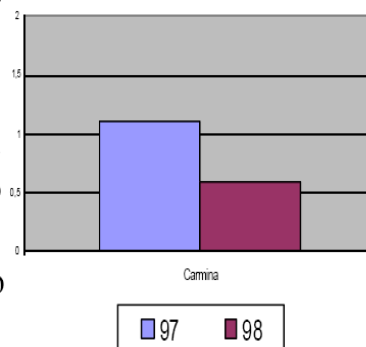
- 1) Em 1997, o valor acima da média corresponde a uma resiliência bem estruturada pois, como podemos ver no gráfico por dimensão, o compromisso e o controlo são médios, sendo a dimensão do desafio a mais alta das três (barra amarela). Por subdimensão, verifica-se um valor médio em todas elas e um valor já razoável no desafio (1.^a barra, a lilás clara).
- 2) Do 1.º para o 2.º momento, constata-se que, de facto, os valores baixaram, mesmo na dimensão do controlo (barra verde). Examinando o nível da resiliência por subdimensão, verifica-se que só o *locus* de controlo interno se manteve (barra grená forte, penúltima), não sendo considerado prejudicial, o que é bastante importante. Podemos ver com maior pormenor que o controlo emocional e de tarefa (barra laranja, a última), é sustentado principalmente pelo indicador do controlo emocional (n.º 39 Gráfico IIa) em 1997, e no controlo social em 1998 (n.º 38, *idem*). Infelizmente o domínio de tarefa, que também pertence a esta subdimensão, não é positivo em nenhuma das duas avaliações (itens 29, 30, 31 no Gráfico IIa).

4.4.3

Carmina

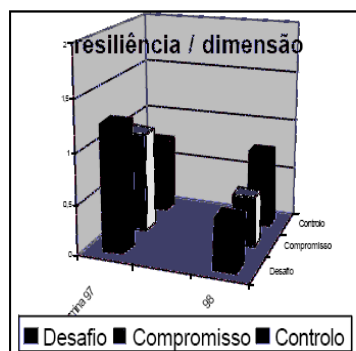
- Amizade como principal preocupação de um *puzzle* pessimista!
- Na 2ª avaliação, ainda sente o choque, mas o processo sugere o início de uma reflexão saudável.

resiliência global



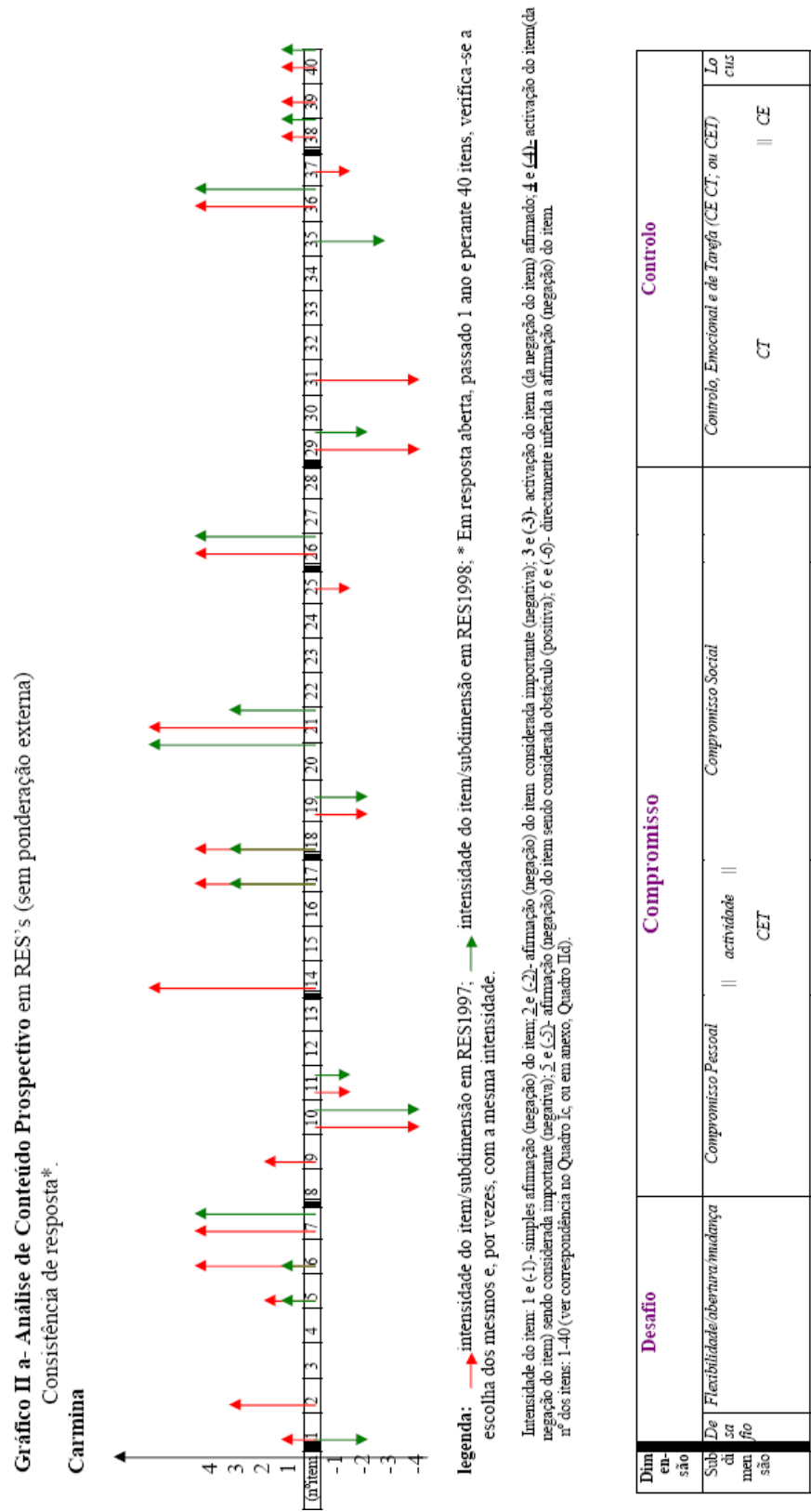
9

Carmina



10

4.4.4 gráfico IIa - Análise de Conteúdo Prospectivo em RES



4.4.5 Realces Gerais

Inicialmente, pode-se constatar pelo Gráfico IIa que há consistência de resposta, optando pelos mesmos indicadores para a sua autodescrição. Verifica-se uma manutenção ou diminuição da intensidade excepto no controlo (itens 29, 30 e 31) que apresenta menos negatividade na 2.^a avaliação (ver também Quadro IIId, em anexo).

Realçávamos em Carmina a sua grande *sensibilidade*, o lidar facilmente com a palavra *desafio*, principalmente no campo da interacção com outros modos de pensar. Sente a *necessidade de aprendizagem*, gosta da *reflexão* e mantém-se *pessimista*. No entanto não regista a activação do ‘seu lado negativo’, nomeadamente do seu pessimismo, e tem tomadas de consciência de exemplos construtivos neste campo o que será melhor analisado nos Processos/Dinâmicas deste estudo de caso.

Tem *flexibilidade*, que tanto a bitura das respostas ao instrumento FIPE como ao PCM registam. Em FIPE parece revelar que também é um pouco descentrada (1/5/2/-), e as respostas em PCM revelam alguma tolerância²⁵⁶. Esta flexibilidade será exposta principalmente na parte final desta análise diacrónica, nos exemplos de avaliação em resiliência. Note-se que fazendo parte desta área está a aprendizagem revelada, assim como a preocupação com o seu desenvolvimento e o modo como lida com o desafio.

Vamos agora justificar o seu compromisso social, nomeadamente a gregriedade e frontalidade apresentada. Em 1997, para além da família e do namorado e com a máxima intensidade diz:

“Tenho um grupo de amigos (com quem posso reflectir e debater problemas...)”, RES97/T3;
”Tenho um grupo de amigos com quem estou todos os fins-de-semana, e com os quais gosto de sair, pois com eles sei que me posso divertir”, idem/T7;
“(Posso contar com) alguns vizinhos que considero família (e que me ajudam sempre que a eles recorro)”, RES7/T5;
“(gosto de desafios ...) que me permitem conhecer novas pessoas (e diferentes modos de pensar)”, idem/S4;

Na nossa classificação, considerámos Carmina como um caso de gregriedade, pois se envolve com o seu ambiente social, com um grau de não timidez ainda pequeno (RES98/P3) ou só inferido (RES97/P7), não sendo extrovertida (RES98/P1). Estes são os 3 parâmetros fundamentais na nossa classificação no compromisso social.

Em 1998 escreve um pouco menos²⁵⁷ e, em geral, com menos intensidade:

com a máxima intensidade lembra que “Tenho um grupo de amigos sem os quais já não me consigo imaginar”, RES98/T2; entendendo importante diz “Tem amigos com quem posso (reflectir,) divertir, etc.”, RES98/T5; e simplesmente refere que “(gosto de reflectir e debater problemas com) as minhas melhores amigas”, RES98/S2

Carmina considera-se essencialmente amiga (solicitando com intensidade o suporte social e, com bastante frequência, indica ser reflectida²⁵⁸):

de um modo simples diz que é “amiga”; RES97/S1;
com a máxima intensidade diz “sou acima de tudo uma amiga para todos (pois tento primeiro perceber, para só depois julgar ou criticar, etc)”, RES98/S8

para além de outras expressões em que refere o facto de ter amigos, Carmina tem uma amiga muito especial, a avó, da qual fala, com a máxima intensidade, nos dois instrumentos de avaliação,

“Tenho uma amiga muito importante na vida que é a minha avó que com a sua experiência de vida me ajuda sempre que a solicito”, RES97/T4;
“Tenho uma avó que é uma pessoa excepcional que está sempre pronta a ouvir-me”, RES98/T6.

Por outro lado, não se considera com uma boa aceitação social, em 1997, e nada refere em 1998

“Tenho uma “média” aceitação social”, RES97/P3

Estas descrições fazem com que nos indique que não gosta de se isolar da sua envolvente social, nem o faz. Para além da reflexão, tem pessoas com quem se pode divertir. Apesar disso, não se sente completamente à vontade com os outros, pelo que a designámos como gregária. O *compromisso social* tem o nível do que apelidámos de gregariedade, com alguma frontalidade controlada.

Passando a outras descrições como o controlo de tarefa e à justificação das fases deste estudo de caso, talvez seja bastante elucidativo debruçarmo-nos sobre a preocupação de Carmina, que já se desenha em RES97, e a respectiva actuação. Por *outros instrumentos de avaliação*, pode-se observar a descrição de um choque entre as 2 avaliações: há um corte numa amizade específica e já longa²⁵⁹

“(…) o qual me afectou bastante, e do qual ainda não estou totalmente liberta”, *Compquest98/R4*

“(…) não havia ninguém com mais problemas do que eu (…)” *Compquest98/R1*.

Verificamos que **em RES97**, com a máxima intensidade e, entendendo-o importante, indica que

“Tenho uma pessoa (que amo e que me ama,) que me ajuda e apoia sempre que pode”, RES97/T6

Esta última expressão (“sempre que pode”) foi lida como uma preocupação que se desenha de algo que não acontece de modo desejável. Entretanto, com a máxima intensidade diz que tem amigos, aos fins de semana, com os quais sabe que se pode divertir (RES97/T7), e, de um modo simples diz

“gosta de encontrar desafios, principalmente os que me permitem conhecer novas pessoas (...)” (RES97/S4).

e também *noutros instrumentos de avaliação*, quando compara as duas descrições em RES, diz que, em 1998, vive com diferente intensidade

*“o facto de ter grupo de amigos diversificados quer na escola, quer fora dela. (em todos os aspectos).”
Compquest98/R2*

o que confirma a concreta diversidade da amizade. Assim, em 1997, não se isola e melhora a situação gregária em que vive. Chamámos a 1997 “a fase da preocupação”. Em 1998 parece que o choque ainda não está resolvido (Compquest/R4). O instrumento RES98 dá conta de uma diminuição do nível das 3 diferentes dimensões de resiliência, diminuindo, por exemplo, o valor de indicadores como o do desafio, da auto-estima e do controlo emocional, o que terá maior visibilidade no Quadro IV, reflectido na parte final dos Processos/Dinâmicas deste estudo de caso, bem como no Quadro III.

Antes de analisarmos o controlo de tarefa e continuar a realçar descrições de Carmina, vamos aproveitar alguns aspectos sublinhados neste estudo de caso sobre o registo em **RES** e *noutros instrumentos de avaliação* para realçar agora, o que entendemos por funções dessa correlação. Para nós essa correlação parece ter **2 funções**: **1.^a** talvez a que é entendida importante desde os primórdios da avaliação qualitativa (Mead, *in* Denzin, 2000). Como referem, há uma correlação directa e explícita nos diferentes tipos de instrumentos de avaliação, e portanto serve para verificar essa unidade na descrição. Um exemplo, neste estudo de caso, é o que chamámos preocupação de Carmina que já está explícita em RES, sendo verificado em Compquest.

Mas temos vindo a detectar uma **2.^a função**: Uma correlação indirecta, expressa implicitamente em RES e explicitamente em Compquest, como é o caso do choque descrito em Compquest98 e uma diminuição dos indicadores em RES98 (relativa aos valores em RES97, verificado no Quadro IV deste estudo), implicitamente lido como um

dos resultados do referido choque. Na análise sincrónica, pelos Quadros do Impacto, poderemos observar esta 2.^a função e traduzirá a validação do constructo em causa, relativa aos 7 casos estudados. O Quadro IIIa de Carmina, na análise de Processos/Dinâmicas, também recolhe exemplos destas funções neste estudo de caso.

Depois deste realce, analisemos então o controlo de tarefa. Com a máxima intensidade e considerando-o negativo, declara em 1997

*“Por vezes faltam-me forças para encarar uma adversidade importante mas,
(considerando positivo) tento enfrentá-la e levá-la até ao fim”, RES97/P10*

não tendo tanta intensidade negativa, em 1998 só considera prejudicial a seguinte expressão

“Nem sempre aceito os desafios que me são colocados, mas tento”, RES98/P4

o que também traduz, em 1998, uma acção com menor vitalidade.

O controlo saudável da tarefa difícil não existe nas duas avaliações, no entanto, gostávamos de fazer referência a mais três aspectos: 1.º à iniciativa e acção que Carmina demonstra durante a fase da preocupação; 2.º à existência e à manutenção da responsabilidade pela sua história; e em 3.º o pessimismo que entendemos “não ruminativo”, mas que também enquadra a sua resolução de tarefa e as fases do processo encontrado neste estudo de caso.

Podemos então apresentar as diferentes fases neste estudo de caso. Temos um pré-choque, fase da preocupação, com acção (1997), um choque e um início da recuperação (1998) menos vigoroso/a. A preocupação e a acção parecem surgir na área da amizade, embora a níveis diferentes, diversificando esta última (RES97/S4), para a qual também contribuiu a variação de contexto (entrada na ESEC) e o seu perfil social. Na tarefa difícil, a acção não é muito satisfatória (referindo-o com a máxima intensidade em 1997), embora a intensidade no registo de 1998 seja mais fraca, como dissemos. De notar que utiliza a palavra “desafio” ²⁶⁰, (RES98/P4).

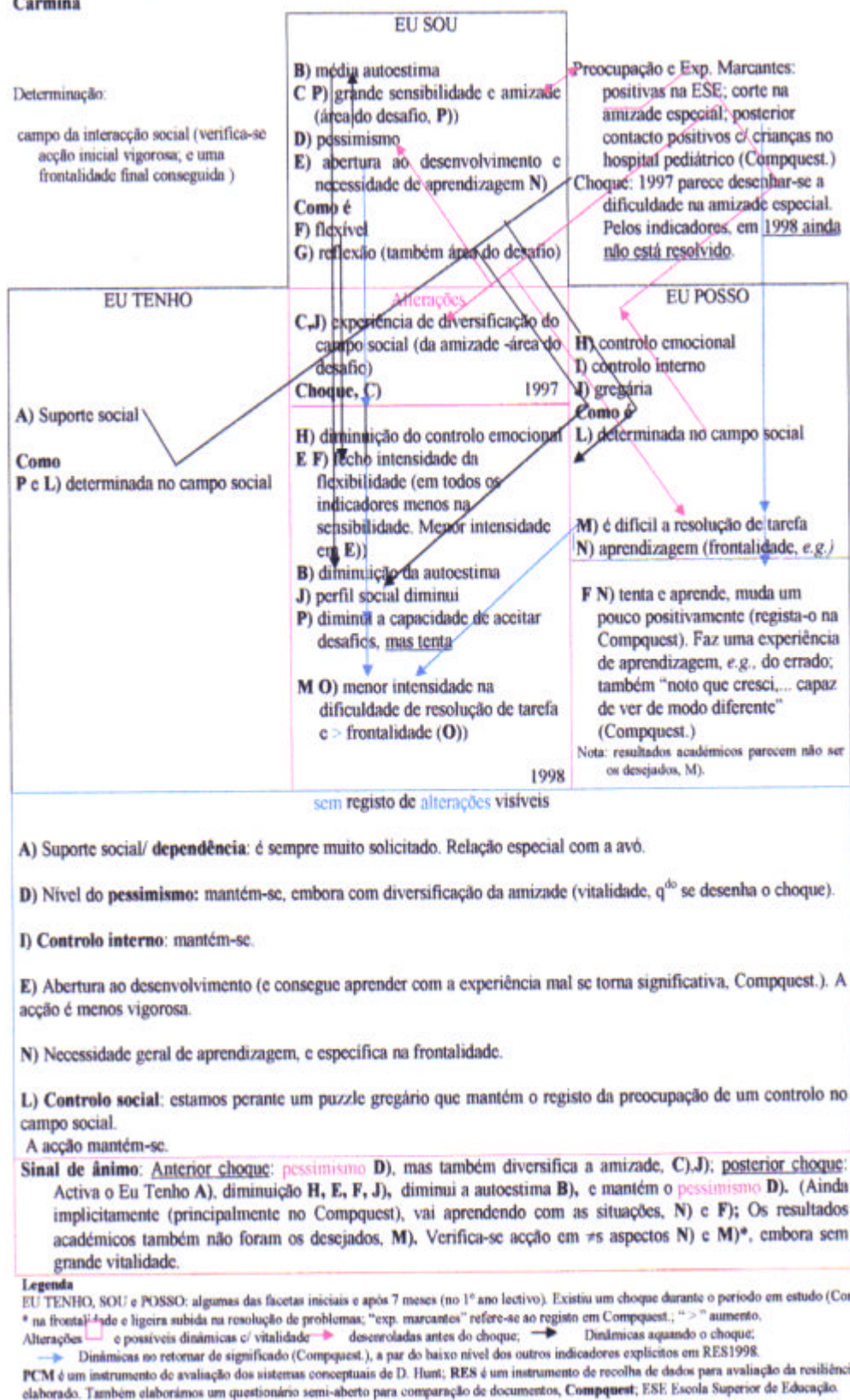
A acção mais explícita na fase da preocupação parece ser autónoma, no entanto, requer com frequência o apoio social²⁶¹ e, em PCM revela ainda dependência, traduzida, e.g., no medo de perder a sua autonomia na decisão “(...) por vezes, não aceito (...) pois eu já sei o que devo fazer”, PCM/6-ordem. Portanto a autonomia no controlo de tarefa não é alta.

Neste estudo de caso, no momento anterior ao choque – 1.^a avaliação, o compromisso pessoal tem um pilar que é a existência de auto-estima, descrita de um modo simples, mas também tem subjacente o pessimismo, associado a toda a restante descrição tridimensional. Em 1998 não existe o indicador da auto-estima, mas só de um autoconhecimento e do pessimismo.

Entretanto, vamos sintetizar o 1.º momento da avaliação com três instrumentos de avaliação. Na avaliação²⁶² em RES (1,1: 1,25/1,00/0,75), FIPE (1/5/2/-) e PCM (1,5, média 1,33) de 1997, demonstra flexibilidade sem independência, como temos analisado. Tem namoro comprido e é nesse campo que se desenha a preocupação de Carmina (dá-se o choque posteriormente, durante o 1.º ano). Neste 1.º momento reage, com flexibilidade, diversificando a amizade. Parece ser um processo de registo doloroso, exprimindo também em RES uma dependência social, para além da sensibilidade especial que Carmina tem, por exemplo, com a sua avó.

4.4.6

Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas
Carmina



4.4.7 registo de possíveis Processos/Dinâmicas

Carmina²⁶³

1997

Fase de preocupação

Campo EU TENHO: É uma pessoa com necessidade de *apoio exterior*, com *actividade social média*.

Campo EU SOU: É uma pessoa com *compromisso pessoal médio* (com razoável auto-estima), mas com um grande travão: o seu *pessimismo*. Tem *grande flexibilidade*, nomeadamente de grande sensibilidade, de preocupação com aprendizagem e de reflexão, *gostando do desafio*.

Campo EU POSSO: É uma pessoa *sem domínio de tarefa*, *responsável* pela sua história, *calma*. Tem *médio compromisso social*: com *gregariedade*, sem grande aceitação social, talvez sem timidez social.

No resumo das duas avaliações nas dimensões do EU TENHO, SOU e POSSO, verifica-se uma diminuição de descrições negativas e só existe um item destrutivo que é intenso em RES98/S4, enquanto que em 1997 há, para além disto “a falta de forças no encarar a situação difícil (RES98/P10). Tudo isto talvez aponte para o sentir **da dificuldade** situado mais perto do preenchimento de RES97.

No período de um ano lectivo dá-se, então, **um choque** :

“A dada altura pensei que não havia ninguém com mais problemas do que eu”, *Compquest98/1*

Esta, não é só uma frase pessimista. Do modo como esta estrutura humana e a envolvente, identificadas pelas características **A-P**, colidiram com diferentes facetas da situação de choque sofrida, iríamos fazer sobressair as alterações de características de designação sumária: **B, C, E, F, H, J, M, N, O, P**).

A) solicitação do suporte social, no EU TENHO. **B)** auto-estima; **C)** sensibilidade na amizade; **D)** pessimismo **E)** abertura ao desenvolvimento; **F)** flexibilidade; **P)** gostar de desafios, no EU SOU. **G)** reflexão; **H)** controlo emocional; **I)** *locus* controlo interno; **J)** gregariedade; **L)** sem timidez social; **M)** determinação e domínio; **N)** necessidade de aprendizagem e mudança; **O)** frontalidade, no EU POSSO. Ver Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas deste elemento em estudo.

Já propusemos uma dinâmica **na fase de preocupação**. Esta é a 1.^a alteração assinalada no Quadro III: como é determinada (e gregária) no campo social, como parece desenhar-se a dificuldade afectiva, como o contexto se altera (entra na ESEC) e a amizade é bem importante, **C**) (e.g. o papel da avó RES97/T4 e RES98/T6)²⁶⁴, não se isola: alteração da gregariedade **J**) pela falta de amizade especial **C**).

Vamos tentar descrever dinâmicas **posteriores ao choque**, esquematizadas no Quadro III, pretendendo concretizá-lo através das setas.

O choque em **C**) foi sentido em 1998. No Quadro III indicámos alterações sistémicas, gerais, e observações particulares: na flexibilidade **F**), (ligeira variação na abertura ao desenvolvimento **E**), no desafio **P**), na gregariedade **J**)²⁶⁵ e auto-estima **B**), bem como **H**) (sendo já baixo o nível de domínio de tarefa, **M**). A diminuição do controlo emocional **H**), talvez ainda traduza o choque, e especificamente a perda de um objectivo principal, mas também a ainda negativa, frágil e menos vigorosa resolução de tarefa difícil **M**). No entanto, é necessário associar a este controlo (emocional e de tarefa) a sua flexibilidade, traduzida sempre pela a necessidade de aprendizagem, **N**), como frequentemente regista (no “tentar”), pela expressão do desafio, **P**) e alguma abertura ao desenvolvimento, **E**), quando se torna significativo, como foi assinalado noutros instrumentos de avaliação (e ainda **não em RES**) e está assinalado no Quadro III (lado direito, **F N**).

As descrições mantidas estão enquadradas a azul no Quadro III. Verifica-se uma geral diminuição do nível dos indicadores e em todas as dimensões de resiliência, como sobressairá no Quadro IV.

A tripla vertente do seu perfil de 1997, na linguagem de Grotberg, diminuiu de valor. Ela pode ser descrita do seguinte modo.

1998

Campo EU TENHO: Pessoa que parece *determinada só no campo social e dependente do suporte social*.

Campo EU SOU: Pessoa *com pouco compromisso pessoal* com história bem estruturada, com sensibilidade, flexibilidade; com processo de auto-reflexão; *pouco reactiva* talvez pela sensibilidade da área, do pouco tempo decorrido e da existência do *pessimismo* (deixou de registar a auto-estima).

Campo EU POSSO: Pessoa com *menor compromisso social* e com uma *resolução de tarefa* ainda *sem controlo*; com *locus* de controlo interno.

Antes de passarmos ao registo das correlações entre as dimensões do constructo no Quadro IV, vamos ver outro tipo de relação, neste caso mais associada com as semelhanças e diferenças técnicas do que pode ser analisado com RES e outros tipos de instrumentos de avaliação. Entretanto aproveitamos para expor uma análise um pouco maior sobre o pessimismo de Carmina.

Vejamos, em 4 pontos, alguma correlação entre as autodescrições, em RES e noutros instrumentos de avaliação, resumida no **Quadro IIIa**²⁶⁶.

O choque e a resolução de problemas **1) e 2)** em 1997 assinalados no Quadro IIIa, vem-nos mostrar a correlação directa registada, explícita tanto em RES como em Compquest, quanto ao pre-choque e a preocupação, e quanto à “diversificação da amizade”. Nesta fase de avaliação, este último aspecto, traduz assim uma acção, talvez autónoma, “tentando enfrent[ar] e levar até ao fim” a resolução de tarefas difíceis registada igualmente em diferentes tipos de instrumentos de avaliação. No item anterior, em Realces, designámos como **1.ª função** esta correlação directamente explícita nestes diferentes tipos de registo: em RES e noutros instrumentos de avaliação mais descritivos. Também em 1998, nesta fase de recuperação, a resolução da tarefa **2)**, nos é explícita de modo semelhante tanto em RES como em Compquest: enquanto que, segundo este último, o choque ainda está a ser resolvido (documento descritivo), Carmina regista em RES uma ligeira melhora do controlo negativo da tarefa difícil, bem como a manutenção do *locus* de controlo, como foi referido no item anterior, “Realces” deste estudo de caso. Parece ser uma recuperação, sentida talvez como prolongada e com uma acção encarada de um modo menos negativo mas também menos vigorosa do que em 1997.

Em 1998 verificamos a existência da **2.ª função**: em 1998 **1)** há a correlação implícita entre a diminuição dos indicadores e o choque sentido, o que também será analisado sincronicamente, constituindo, no seu conjunto, o fundamento da validação do constructo trabalhado com estes instrumentos de avaliação.

Carmina

*Legenda: *1.ª função – correlação de registos igualmente explícitos em RES e noutros instrumentos de avaliação; a 2.ª função é verificada nos outros casos: noutros instrumentos de avaliação regista-se o processo e em RES regista-se indirectamente o resultado do processo.*

entendendo-o prejudicial também diz “tenho dificuldade em reconhecer que tenho oportunidades”,
RES97/S5

“sou super pessimista”, RES98/S4

As descrições pessimistas têm intensidade forte enquanto que, descritivamente (Compquest), já diz que vê de modo diferente. No entanto deixa de referir a falta de oportunidade e a percentagem de autodescrições negativas passa de 21% para 16%. Talvez ainda se sinta muito pessimista, embora estejam **em processo** perspectivas mais construtivas. De notar que, embora prejudicial e intensa, não a consideramos com uma dimensão “ruminativa” pois em RES já sublinhámos a diminuição das expressões negativas e, em 1997, só numa descrição é sentida, com a máxima intensidade negativa (com frequência e entendendo-a prejudicial), “(...) a falta de forças para encarar uma adversidade importante (...)”; em Compquest bem como FIPE e PCM, não utiliza expressões dolorosas e estendidas a diferentes campos.

Nesta 2.^a função de registos em diferentes tipos de instrumentos de avaliação, também podemos falar na auto-aprendizagem no campo pessoal **4**). **Em RES** não regista preocupação com o seu desenvolvimento pessoal, como o faz **em Compquest** (sublinhado é nosso)

*“**noto** que cresci (e que sou capaz de ver as coisas de outra maneira. Numa dada altura ... percebi que afinal estava errada).”, Compquest98/R1*

(só continua a registar em RES uma mais específica auto-aprendizagem no campo interpessoal, neste caso, relativa à sua frontalidade). Entretanto no compromisso pessoal deixou de existir o registo da auto-estima, continuando a escrever de uma forma simples “conheço-me bem”. Posterior ao preenchimento de RES98, só quando comparou os instrumentos de avaliação, registou em Compquest “**noto**(...)”. Este facto exprime um maior significado do seu crescimento que se pode **tornar num processo** de construção pessoal. Portanto em 1998, em **3**) e **4**) propomos estarmos perante um processo talvez ainda não suficientemente estável e assumido para poder estar em RES.

Consequências da variação: diminuição de diferentes dimensões de resiliência: Determinismo na interação social- na sua frontalidade. Parece que, após o choque, o início da reposição do ritmo quotidiano não se fez com a resolução positiva de problemas, possivelmente atordoada pelo fechar das suas autodescrições.

Entretanto, mantendo-se a aprendizagem no campo da frontalidade, acima referida, este indicador do compromisso social parece também receber um ligeiro aumento na avaliação. A muito ligeira subida no registo da resolução de problemas **2)** e na frontalidade, bem como o melhoramento do negativismo geral, concretizam as únicas variações positivas avaliadas neste princípio de novo salto da bola. Isto é então referido no próximo Quadro, o **Quadro IV**, que procura transmitir a correlação entre as dimensões do constructo estudado.

Nesta análise do Quadro IV, de notar: **1.º)** a manutenção de alguns indicadores não estendida à dimensão do Desafio (no entanto não põe de lado o lidar com a palavra desafio, o que consideramos importante no nosso modelo); **2.º e 3.º)** o choque fez baixar a avaliação nas 3 dimensões, em praticamente todos os indicadores, o que é marcante, razão porque o realçámos facilmente desde o início; **4.º)** a manutenção e o ligeiro aumento dos indicadores no Compromisso²⁶⁷ e no Controlo indicam onde é mais forte o início da recuperação.

4.4.8 quadro IV - Correlação entre as 3 Dimensões

Carmina			
? de descrições fases	Desafio desafio flexibilidade	Compromisso pessoal social	Controlo <i>locus</i> emocional e tarefa
1997 fase preocupaçã	P) desafio C) sensibilidade na amizade E) preocupação c/ desenvolvimento F) flexível	B) média auto-estima D) pessimismo (e algum negativismo geral) A) forte dependência social J) gregária c/ reflexão gregária e aumentou o leque da amizade	I) locus controlo interno G) reflexão H) controlo emocional L) determinada no campo social N)auto-aprendizagem da frontalidade M) difícil domínio de tarefa
fase do choque			
1998 fase da recuperaçã	<p>manutenção: A) forte dependência social D) pessimismo</p> <p>diminuição: B) menor auto-estima J) menor gregariedade</p> <p>H) diminuição controlo emocional</p> <p>e</p> <p>aumento: O) ligeiro aumento da frontalidade D) e melhor negativismo geral</p> <p>M) ligeira melhora na resolução de problemas (menor dificuldade)</p>		

Legenda: Dados de RES estão limitados pelo quadrado a negrito. Retirámos a separação entre as dimensões pois há alterações de intensidade registadas para as três dimensões (“aumento (...)”; “menor exuberância (...)”; “novos itens(...)”).

A)-P):designações das características apresentadas em 4.4.7 *Registo de Possíveis Processos/Dinâmicas*

4.4.9 Exemplos de classificação

Relembrando a designação de máximos níveis, MNi's, e a sua correspondência com cada um dos indicadores das diferentes subdimensões neste constructo estudado, descrita e posta em relevo em 3.4.1²⁶⁸, vamos recolher alguns dados sobre a classificação obtida neste estudo de caso descrita em anexo²⁶⁹, passando a constituir exemplo do nível obtido em resiliência. Realçamos de novo que a classificação é fruto só das respostas em RES.

Na escala A, M+, M, B+ e B, e em 1997, Carmina obteve M+ e M, respectivamente nas subdimensões do desafio e flexibilidade; M e M, no compromisso pessoal e social, respectivamente; e M no *locus* de controlo interno e B+ no controlo emocional e de tarefa. Seguindo a mesma ordem e em 1998, Carmina foi classificada com B+ e B+; B+ B+; M e B+.

Pelo processo anteriormente sublinhado obtiveram-se, e foram apresentados, os respectivos Gráficos da Resiliência para Carmina.

Carmina lidou sempre com a palavra desafio, embora com intensidade diferente (respectivamente: de um modo simples, na primeira expressão; e entendendo-a negativa, na 2.ª frase)

“gosto de encontrar desafios, principalmente os que me permitem conhecer novas pessoas e diferentes modos de pensar”, RES97/S4;

“nem sempre aceito os desafios que me são colocados, mas tento”, RES98/P4.

Por lidar facilmente, de um modo positivo e simples, ao apontar situações com desafios importantes para a elasticidade de Carmina, como “(...) outros modos de pensar”, foi-lhe atribuído o nível **M+** em 1997 para a subdimensão desafio. Em 1998, para a mesma subdimensão, foi-lhe atribuído o nível **B+**, pois entende negativo o nem sempre aceitar o desafio. De notar, pelo menos, a decisão de entender importante e de querer tentar enfrentar esses tipos de situações.

Vejamos a extensa expressão da sua preocupação com o desenvolvimento e/ou auto-aprendizagem em 1997, tendo obtido **M**, neste indicador da flexibilidade, MN3:

“Estou a aprender a ser frontal “, RES97/P7;

“(por vezes faltam-me forças...), mas tento enfrentá-la (e levar até ao fim)”, RES97/P10;
com a máxima intensidade e activa muito “(tenho uma amiga **muito** importante que é a minha avó) que com a sua experiência de vida me ajuda sempre que solicito”, RES97/T4;

”(conheço-me bem) mas reconheço que ainda tenho muito para aprender”, RES97/S7.

Em 1998 tem menos expressões de aprendizagem²⁷⁰, tendo atingido o nível **B+**, pois, de um modo simples, escreve esta parte da frase:

“(sou frontal) estou a aprender a ter bom senso neste campo”, RES98/P3;

Em 1997, e relativamente a outros indicadores como actividade descentralizada (indicador MN6) obtém **B+** pois é só intenção e não uma concretização. Nesta subdimensão da flexibilidade também se exprime nos indicadores de Ideais (MN2) e sensibilidades (MN1) tendo obtido respectivamente **M** e **B+**. Assim nesta subdimensão, tanto por MN3 como por MN2, ficou com o nível **M** (o máximo obtido nos diferentes indicadores). Em 1998, a descrição nesta subdimensão também é mais fraca em extensão e intensidade, tendo, em todos os indicadores, obtido o nível **B+**.

Noutros instrumentos de avaliação, em Compquest/R1, 1º primeiro verifica-se a grande abertura à sensibilidade de Carmina, para com as crianças [e com o sofrimento(não é só com a avó, **em RES**)], MN1 da flexibilidade:

“(...) Numa dada altura (em que pensei que não havia ninguém com mais problemas do que eu) ao estar com as crianças no Pediátrico [foi motivo de reflexão...]”, Compquest/R1; “(...) Também gostei imenso de ter conhecido as crianças que pude, quer no Pediátrico que no Bairro do Ingote”, Compquest/R4.

Mas há um outro aspecto, importantíssimo, que queríamos sublinhar:

“(ao comparar os dois instrumentos de avaliação) noto que cresci(...)”, Compquest/R1; “(Numa dada altura ...ao estar com as crianças no Pediátrico) percebi que afinal estava errada”, Compquest/R1; e “(...) e que sou capaz de ver as coisas de outra de outra maneira”, Comdoc/R1

O primeiro e segundo sublinhado está dentro do conteúdo do indicador de Preocupação com o seu desenvolvimento e auto-aprendizagem, MN3. A última parte está de acordo com o indicador de flexibilidade de “ver o positivo na situação difícil”, MN4.

4.5 Florinda

4.5.1 Resumo (frase; perfil em desafio, compromisso e controlo; uma interacção entre o puzzle e o contexto; evolução)

Frase

Florinda parece particularmente optimista e refere, na autodescrição, alterações em dois campos: maior segurança social e entusiasmo pela mudança.

Resumo do perfil de 1997 em compromisso, controlo e desafio

Florinda em 1997 apresenta-se com um optimismo sempre realçado. Há (e mantém-se) um compromisso pessoal traduzido também no orgulho que tem de si própria, tendo um concomitante suporte social que solicita e entende importante, nomeadamente em relação à família. Não há grande compromisso social pois nem é extrovertida e adequadamente frontal e só sente ter média aceitação social. Neste momento de início de um 1.º ano no E. Superior sente-se só. Relativamente ao controlo indica, logo em 1997, que se orgulha do que faz (sendo a altura em que mais realça este aspecto), refere também a existência de um controlo interno dos acontecimentos e, quanto ao processo de resolução do quotidiano, relembra sempre que planeia e é empenhada. Nesta 1.ª avaliação não toca na flexibilidade nem no desafio.

Interacção que o puzzle e o contexto permitem

Este modo de estar é fortemente caracterizado por um optimismo persistente e apresenta uma concomitante segurança pessoal, acima referida. Tem 18 anos, no início do 1.º ano E. Superior e parece notar-se que existe um momento difícil: Sente a solidão. Sabemos que teve que sair de casa e, como vimos, também aceita sempre o apoio de algum suporte social. A família é persistentemente solicitada, mesmo passados 3 anos, e são as mesmas as características dos amigos que activa nos 3 momentos de avaliação. Por outro lado entendendo importante também “o poder contar com alguém”, o que novamente acontece

em 2000 e com um intenso registo. Ora é precisamente no campo social que se põe a questão do “sair de casa”, separando-se temporariamente da família e que parece ser explicitamente sentida. Refere sempre a existência de alguma gregriedade, exprimindo-a através dos amigos com quem se pode divertir. Nota-se um acentuado aumento do seu compromisso social, mas a sociabilidade ainda não é alta, embora não surja como extremamente difícil.

Evolução

A autodescrição, neste caso em estudo, apresenta grandes alterações em dois âmbitos: no campo da flexibilidade e no social. Neste último aspecto verificamos uma alteração na direcção de uma segurança social, já se sentindo, por exemplo em 2000, um pouco extrovertida. De notar que, nas últimas avaliações, prefere a reflexão sozinha. Por outro lado, Florinda passa a referir-se ao desafio e flexibilidade. A alteração é grande, aceitando desafios e produzindo-se alterações (que acolhe com gosto), mas não revela iniciativa. Na mesma linha também não verificamos, pela autodescrição, que tenha escolhido propostas de situações de resolução de problemas de um modo curioso e vibrante (descrevendo só o empenho e a planificação, como já referimos).

É um elemento que tem de nota de ingresso 10 valores e no 3.º ano frequentou no estrangeiro o projecto Erasmus. Em RES2000 não activa nenhuma característica no EU POSSO. Neste último protocolo relembramos o que, mais frequentemente, sente, lhe sucede ou solicita: no EU TENHO: a família e os amigos em que pode confiar; no EU SOU: em 1.º o optimismo (que também entende importante); em 2.º, reflecte sozinha; em 3.º gosta da mudança; e em 4.º gosta de fazer planos. O controlo emocional é só referido em 1998 e o controlo interno do seu quotidiano surge de novo em 2000.

Julgamos que, no puzzle descrito, o percurso lectivo no E. Superior talvez tenha também sido particularmente importante para a alteração do seu compromisso social e parece estar em construção uma competência mais segura, com as dificuldades de formação inerentes às exigências culturais neste nível etário, como iremos ver nos Quadros III e IIIa, por exemplo.

4.5.2 Introdução - Leitura sucinta dos Gráficos da Avaliação em resiliência²⁷¹

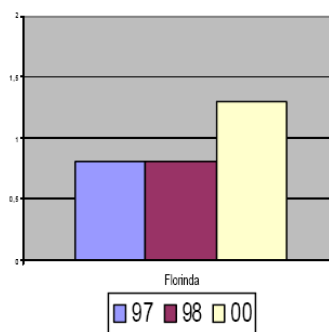
A leitura prospectiva da classificação em RES em 3 momentos de avaliação, feita através do valor da resiliência global, por dimensão e subdimensão, pode ser realçada do seguinte modo. **1)** Florinda começa por um valor de resiliência global que não é alto, mas, na 3.^a avaliação, já é considerável. **2)** Pelo gráfico das subdimensões pode-se ver que os níveis atingidos, em 2000, são bastante bons, tendo, menor contribuição, as duas subdimensões pertencentes ao Controlo (as duas últimas barras do gráfico). **3)** Verifica-se pelas classificações por dimensão que o Desafio cresce muito, iniciando-se por valores baixos; o Compromisso e o Controlo têm inicialmente um valor médio (barras azuis claras e verdes), mas enquanto o valor do 1.º sobe, o do 2.º desce, subindo um pouco posteriormente. **4)** No Gráfico da resiliência por subdimensão, vê-se que o *locus* de controlo (barra grená escura, a penúltima) começa por ter um bom nível, desaparece e surge de novo, não com um valor tão alto como o inicial; O controlo emocional e de tarefa (barra laranja, a última) sobe algum valor e posteriormente baixa. Esta vertente do controlo tem uma justificação estrutural mais complexa e, por outros Quadros, por exemplo Quadro IId e Gráfico IIa, vemos que o seu valor é inicialmente dependente do controlo na tarefa (item n.º31), depois em 1998 da existência de controlo emocional (item n.º39) e, finalmente do controlo social (item n.º38). A existência de controlo sobre a tarefa em 1997 é inferida “orgulho-me do que faço (...)” (RES97/S4). **5)** Quanto ao compromisso pessoal e social (barra branca e azul clara), o nível do primeiro é sempre alto e, do segundo sobe, terminando por um valor também considerável.

4.5.3 gráficos da Resiliência de FLORINDA: Global, por dimensão e subdimensão

Florinda

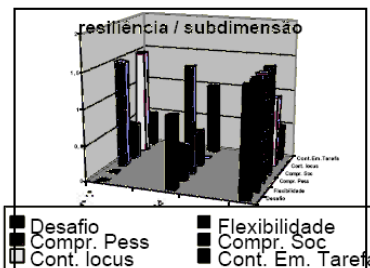
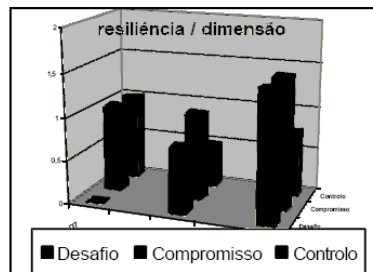
- Parece particularmente optimista e
- refere alterações na autodescrição em dois campos:
 - maior compromisso social e
 - entusiasmo pela mudança

resiliência global



11

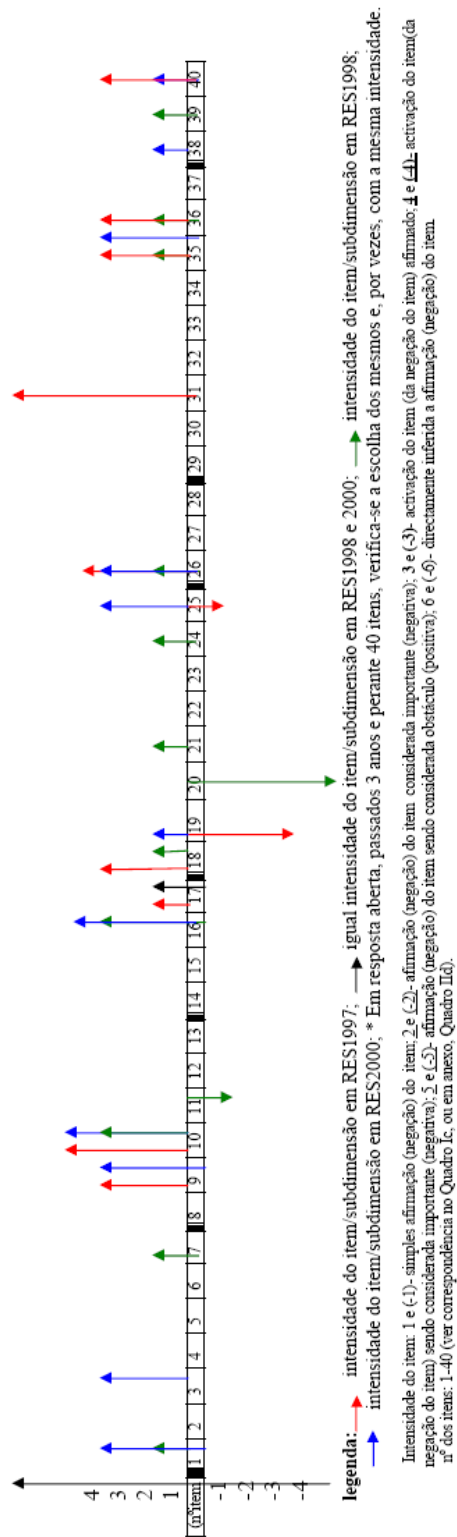
Florinda



12

4.5.4 gráfico IIa - Análise de Conteúdo Prospectivo em RES

Gráfico II a- Análise de Conteúdo Prospectivo em RES's (sem ponderação externa)
Consistência de resposta*.
Florinda



Dimensão	Desafio	Compromisso	Controlo
	De Flexibilidade abertura mudança Sub dimensão	Compromisso Pessoal actividade CET	Compromisso Social CT CE

4.5.5 Realces Gerais

Florinda

1997- fase 0: choque sentido	- “sou muito solitária” sem registo de flexibilidade, com forte auto-estima e optimismo e com locus de controlo interno
1998- fase da recuperação	- gosta do desafio; alguma preocupação social
2000- fase da optimização da recuperação	- segurança pessoal; segurança social e desafio

Escolheu muitas autodescrições, construindo um texto sucinto. No perfil optimista, realçávamos em 1997 a sentida alteração de contexto, a ausência de flexibilidade e a manifestação da força interior do orgulho

com a máxima intensidade negativa escreve “sou muito solitária”, RES97/S5

com frequência sente “tenho orgulho no que faço e no que sou”, idem/S4.

Em 1998 a flexibilidade sobe bastante de nível, na nossa classificação, e em 2000, sobe mais e com uma estrutura ampla, como veremos. Em 7 descrições e pondo-o em 3.º lugar, diz então o que entende ser mais frequente

“eu gosto da mudança”, RES2000/S3²⁷².

Efectivamente muda, quando descrita através dos nossos indicadores. Em 2000, é a própria que diz gostar da mudança. Relativamente a 1997, viveu então uma segunda mudança de contexto experienciada de modo tão diferente! Existe um permanente gostar de planear e um forte optimismo. Este último indicador, associado a uma intensa auto-estima ou a um bom autoconhecimento, permite um compromisso pessoal seguro e fortemente classificado (ver em anexo Quadro IId, com classificação, e mais à frente, Quadro IV, por exemplo)²⁷³. Quanto a alterações verificam-se bastantes, o que passaremos a expor sumariamente.

Em 1997, na hora do choque e em 12 autodescrições, está silenciada a flexibilidade. Diz estar com os outros (RES97/T3), mas também se sente sozinha, como vimos. O seu controlo soa forte. Diz-se de controlo interno e inferimos que domina a tarefa

com intensidade “acredito que o que se passa na minha vida depende muito de mim”, RES97/S2

com intensidade “tenho orgulho no que faço (...)”, idem/S4.

Em 1998 e nas respectivas 13 autodescrições, surge a flexibilidade com classificação de M, pois preenche o instrumento também com esta frase dita de um modo simples:

“gosto do desafio”, RES97/S3

Com um forte optimismo sempre presente (*idem/S4*), desaparece o registo da auto-estima do compromisso pessoal, mas surge o indicador do autoconhecimento. Ao mesmo tempo o *locus* do controlo interno também não é registado (bem como o domínio de tarefa) exprimindo simplesmente o gostar de reflectir sozinha e a existência do controlo emocional, na dimensão do controlo. Por outro lado, parece existir preocupação na sua interacção social, pois baixa de nível e não deixa de se descrever através de outros indicadores, como veremos mais explicitamente nos exemplos da classificação.

Das 15 autodescrições em 2000, a flexibilidade é muito mais consistente, pois é mais extensa e classificada:

“gosto de desafios”, RES2000/S4;

“aceito o desafio em diferentes tipos de actividades do meu quotidiano” RES2000/P4

com intensidade refere “gosto da mudança”, RES2000/S3

“(...tenho amigos com as mesmas ideias que eu) e outras” RES2000/T2,

A auto-estima volta a surgir com segurança e o persistente optimismo continua a ser significativamente importante, colocando-o em 1.º lugar para a resolução de uma situação difícil e com a máxima intensidade. Por outro lado, surge agora a segurança no compromisso social, também ele com mais consistência e de nível já acima da média, M+. No entanto, activa o suporte social e, mais ligado à sua preocupação social de 1998 e actual maior nível de segurança social, surge o controlo social. Entretanto reaparecem alguns indicadores do controlo com maior autonomia (na reflexão, por exemplo)

“acredito que o que se passa na minha vida depende muito de mim”, RES2000/S7;

e com bastante intensidade diz “gosto de reflectir sozinha”, idem/S2

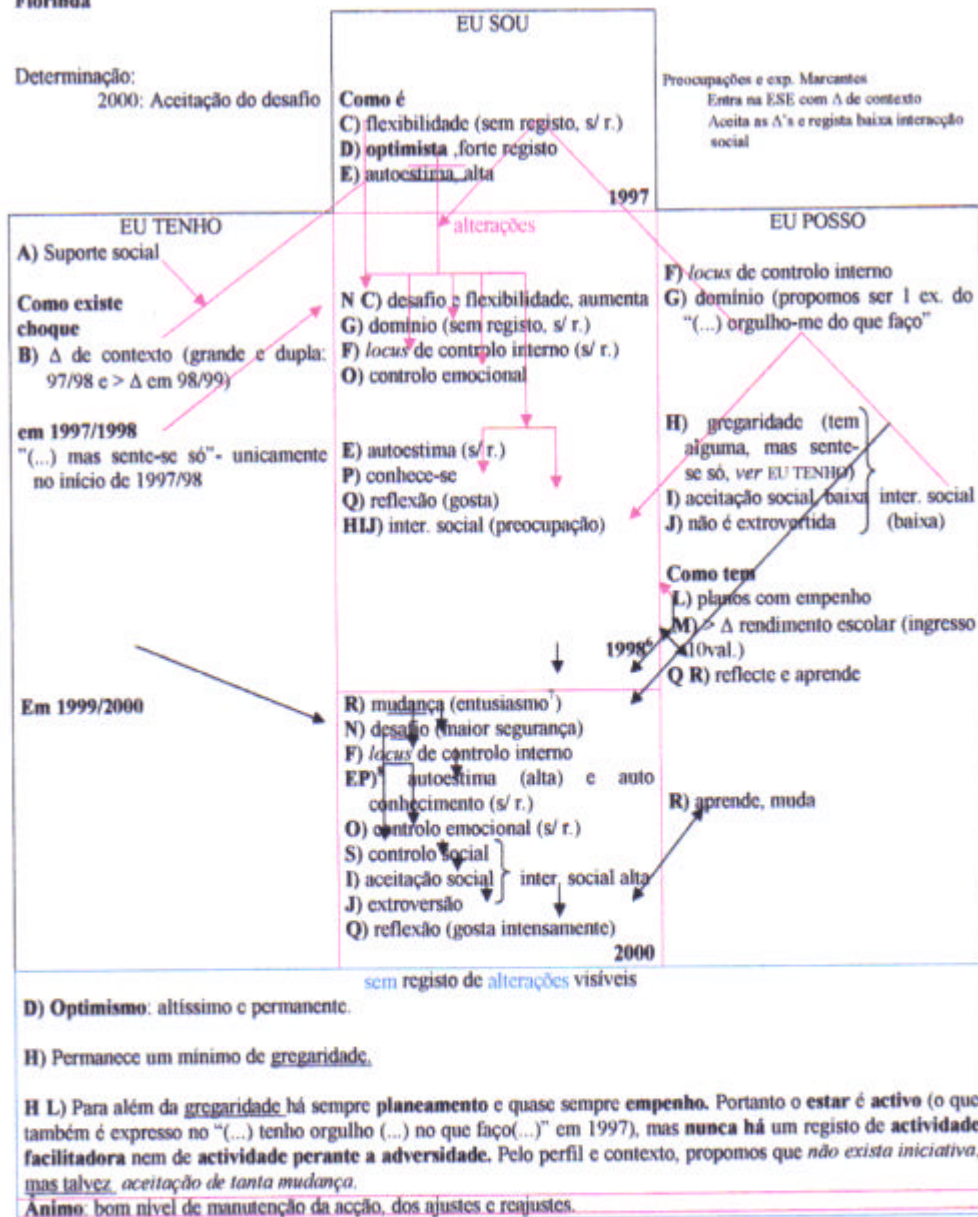
Não é descrito o ultrapassar do problema difícil.

Entretanto, vamos sintetizar o 1.º momento da avaliação com três instrumentos de avaliação. Resumimos do seguinte modo a 1.ª avaliação nos 3 instrumentos de avaliação²⁷⁴: RES (0.8: 0,00/1,00/1,00), FIPE (1/2/5/-) e PCM (2,1, média 1,92) de 1997. Não regista flexibilidade em RES embora seja registada nos outros instrumentos de avaliação. Justificamos (como em Rita) pela rigidez natural que a adversidade da 1.ª variação de contexto permite (através da sua egoresiliência sobre o seu egocontrolo). (Aliás em RES,

nas posteriores avaliações utiliza facilmente o conceito de desafio e regista flexibilidade): “(...)sinto-me só”.

Encontramos uma explicação coerente entre estes e outros dados obtidos através dos diferentes instrumentos de avaliação.

Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas
Florinda



Legenda

EU TENHO, SOU e POSSO: algumas das facetas no “1º choque”. A-M, directamente registadas, inferidas ou biográficas. (sem registo, s/ r.)

Alterações e dinâmicas (—> “s”); —> Dinâmicas para o 1º reajuste; —> Dinâmicas para o 2º reajuste.

“ Δ ” variações, alterações; “ $>$ ” aumento ou maior. ESE: Escola Superior de Educação.

PCM é um instrumento de avaliação de D. Hunt; RES e Comquest são instrumentos para avaliação da resiliência, por nós elaborados.

⁶ Nota: em 1998 o mundo parece *inebriante* (e não turbulento...pois é *optimista*)

⁷ É dos poucos elementos que se entusiasma com a designação “mudança”: tem uma $>$ Δ contexto e rendimento escolar

⁸ Nota: O texto, do preenchimento de RES’s é seu e é sucinto. Em 2000(e em 1998) deixa de existir registo de uma sua característica (indicador) principal quando há outra característica afir que se sobrepõe (P e E; G e O). É também este um fundamento do nosso modelo, para recolha de dados e avaliação (a hierarquia dos MNI’s).

4.5.7 registo de possíveis Processos/Dinâmicas

Florinda

1.^a alteração de contexto choque, 1997

“Sou muito solitária”

sente-o muito e considera-o negativo numa situação adversa

2.^a alteração de contexto 1999/2000

“Gosto da mudança”

activa-o bastante e considera-o em 3.º lugar²⁷⁵

“Gosto de desafios”

registra-o simplesmente

Sabemos algo de como se sente no choque, bem como posteriormente. Propomos uma dinâmica para o processo de recuperação, com optimização deste. Este puzzle humano, identificado pelas características **A-M**, parece ter colidido com o novo contexto. Iríamos fazer sobressair as alterações, caracterizadas de **M-S**.

Considerando **A)** suporte social (activação); **B)** variação de contexto (talvez grande e dupla), no EU TENHO; **C)** flexibilidade; **D)** optimismo (persistente); **E)** auto-estima (alta); **N)** desafio; **P)** autoconhecimento, no EU SOU; **F)** com responsabilidade pela sua história; **G)** domínio (inferido) ”orgulho-me do que faço”; **H)** alguma gregariedade, mas “sente-se só”; **I)** sem alta aceitação social; **J)** extroversão; **L)** planificação e empenhamento; **M)** com variação do rendimento escolar; **O)** controlo emocional; **Q)** reflexão; **R)** entusiasmo pela mudança e aprende; **S)** controlo social no EU POSSO. Ver Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas deste estudo de caso.

1997

Campo EU TENHO: Apoia-se no suporte social **A)**, parece ser activa tendo uma interacção social baixa **H,I,J)** e sofre uma variação de contexto **B)**.

Campo EU SOU: Tem intenso optimismo bem como auto-estima **D,E)** conferindo-lhe uma alta segurança pessoal. Não regista actividade facilitadora.

Campo EU POSSO: É minimamente gregária **H)**. Com bastante intensidade orgulha-se do que faz **G)** e é responsável pelo seu quotidiano **F)**.

Numa proposta que consideramos possível, é de realçar, em primeiro lugar, a autodescrição deste elemento ao sentir-se muito solitária (RES97/S5), dito com a maior intensidade (activa-o e sente que é negativo perante a adversidade). Este facto revela o modo como foi significativa a situação. Por outro lado o nível etário de Florinda é o mínimo no Ensino Superior, e a nota de ingresso é baixa. No entanto, o seu optimismo, **D**), é expresso com a máxima intensidade nos 3 RES's (RES97/S1, RES98/S4 e RES2000/S5) e também descreve “Tenho orgulho no que faço”, **E**), “(...) e no que sou”, RES97/S4, **G**), dito quase com a máxima intensidade. É forte para uma entrada num contexto diferente, um degrau para muitos difícil, **B**). Parece ser uma afirmação de um forte acreditar muito importante e com repercussões. No entanto julgamos que o nível etário, a insegurança social **H,I,J**), já referida, e a falta do habitual apoio social, **A**), é outra panóplia de factores que, com o anterior conjunto, fizeram variar a hierarquia de significados deste caso, nomeadamente, o espontâneo não registo de flexibilidade, ponto 3 do próximo Quadro IIIa. Pelo registo do seu sentir, o corte especial com o suporte social, EU TENHO, talvez tenha sido o factor de maior peso.

Para o decurso de 1998, propomos, *e.g.*, que a sua escrita assertiva que os seus acreditares lhe proporcionam, o suporte social que pode ir usufruindo, mas principalmente o desafio que é apresentado, leva a inferirmos que talvez não haja iniciativa, mas aceitação de tanta mudança **R**), referido na parte inferior do Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas e que passamos a explicitar um pouco mais. A variação do rendimento escolar, **M**), o trabalho e planeamento, **L**), levam talvez a uma experiência ‘inebriante’, 1.^a nota do Quadro III. O desafio lectivo é aceite, **N**), mas o domínio, **G**), e o *locus* de controlo interno, **F**), baixam de nível, pois não é fácil nem ainda está contente consigo **E**), mas não está completamente desorientada: existe pelo menos o controlo emocional, **O**). A tipificação de resolução de problemas adversos **G**), directamente não é exposta nos 3 RES's. Por outro lado, não surge o registo de auto-estima, mas refere que se conhece bem **P**), assim como gosta de reflectir sozinha, **Q**). **O registo em RES** (ver 1.º ponto do Quadro IIIa) do controlo emocional **O**), e reflexão **Q**) são níveis conseguidos e raízes sentidas, bem como de **P**) e **D**) do compromisso pessoal. É uma pessoa planeada e controlada **L**), não deixando que ‘tudo lhe fuja’. A par deste quadro, o compromisso social ainda é preocupação, como veremos melhor nos exemplos de classificação: refere que se

dá facilmente com os outros, (RES98/P1), que não é extrovertida (*idem*/P3), que tem quem a compreenda (*idem*/T2), e com quem se diverte (*idem*/T3).

Vejamos o que traz a *segunda variação de contexto*: como já vimos, um entusiasmo pela mudança, (RES2000/S3,P4) **R**), e um desafio muito mais seguro, **N**), aceitando-o, com gosto, em diferentes campos do seu quotidiano e em diferentes ideias na reflexão com amigos, (RES2000/ P4,T2,S4).

No campo EU POSSO da interacção social verifica-se uma maior aquisição de segurança: sente-se praticamente extrovertida, **J**), e sente uma boa aceitação social, **Z**). Com a grelha do nosso modelo, pode-se ler que o desafio e a preocupação na interacção social de 1998, é em 2000 concretizado neste já alto nível de segurança social. Julgamos que se sente à vontade em meio social. Por outro lado, o bem-estar inferido, *e.g.*, pelo entusiasmo pela mudança e gosto intenso pelo desafio em diferentes campos, não é feito sem reflexão autónoma, **Q**), que cada vez é mais intensa, e, sem descrição da responsabilidade pelo seu quotidiano **F**), como vimos, estando registado também nos pontos **1, 2 e 3**) do Quadro IIIa.

2000

Campo EU TENHO: A activação do suporte social apresenta talvez uma ligeira diminuição, **A**). O contexto voltou a alterar-se bastante **B**)

Campo EU SOU: É uma pessoa com intenso e persistente optimismo **D**). Exprime de novo a auto-estima, **E**). Gosta e refere-se intensamente à mudança e desafio, **N**)

Campo EU POSSO: Pessoa com um perfil social já bastante alto, no nosso modelo. O nível da responsabilidade pelo seu quotidiano sobe de novo **F**), mas silenciosa resolução da adversidade, **G**).

Consequências da variação: Permanência do perfil optimista; obtenção de uma boa segurança pessoal e social, bem como o gosto pelo desafio. Silêncio sobre a resolução de problemas adversos.

Quadro IIIa - Registo em RES e noutros instrumentos de avaliação**Florinda**

Há 2 registos permanentes: 2 variações de contexto (a 1.^a talvez tenha trazido a solidão e a 2.^a o entusiasmo); e um optimismo persistente nas 3 avaliações. Há também uma forte variação do rendimento escolar **M**, com uma baixa nota de ingresso.

Verifi- cam-se 3 pontos	1) Controlo		2) Compromisso Social		3) Flexibilidade	
1997 fase de algum choque	outros instrumentos de avaliação M) nota de ingresso baixa 1. ^a variação de contexto	RES97: Inferido -“orgulho- me do que faço” Com <i>locus</i> controlo interno Com a máxima intensidade utiliza o suporte social	outros instrumentos de avaliação 1. ^a variação de contexto	RES97 Alguma gregariedade mas solidão	PCM 97 valor: 1,50 (média 1,33) FIPE97 nível: 1- 5- 2- / (A-B-C-D)	RES97: __ (riscou)
1998 fase da recuperação	outros instrumentos de avaliação M) bom rendimento escolar 2. ^a variação de contexto	RES98 Com Controlo Emocional Pensa sozinha Sem registo de domínio de tarefa	outros instrumentos de avaliação 2. ^a variação de contexto	RES98 Preocupação nesta área		RES98: Desafio e outros indicadores de flexibilidade
2000 fase da optimização (da recuperação)		RES2000: Com <i>locus</i> controlo interno Pensa sozinha Mas com assiduidade utiliza o suporte social e o EU SOU e não o EU POSSO Sem registo de domínio geral de tarefa		RES2000 Domínio nesta área		RES2000: Desafio com maior intensidade Mudança e outros indicadores de flexibilidade
aponta-se p ^a	2. ^a função		1. ^a função		1. ^a função	

Legenda: 1.^a função- igual registo em diferentes tipos de instrumentos de avaliação; 2.^a função- diferente registo em diferentes tipos de instrumentos de avaliação, em que tentamos indicar a respectiva justificação da resposta em RES.

Sublinhávamos que é a única pessoa que, na grande e na pequena dimensão das populações nas diferentes fases do estudo (2.^a e 3.^a), utiliza a palavra “mudança”. Parece-nos que também é a única que tem uma tão grande variação de domínio de tarefa²⁷⁶ e de contexto (embora o 1.^o ainda não esteja registado em RES, 1): portanto ainda não atingido com consistência, segundo parece apontar o levantamento destes diferentes registos em Quadros IIIa), 2.^a função.

Por outro lado, os factores indicados na introdução deste Quadro IIIa bem como a variação do seu compromisso social registado em 2), parecem ser importantes para esta análise.

Poderíamos dizer que neste 2.º apontamento **2)**, há uma concordância entre RES e os outros registos (o que já chamámos de 1.ª função). E em **3)**, parece que noutros instrumentos de avaliação (FIPE e PCM) indicam a existência de flexibilidade²⁷⁷, o que foi fortemente registada em RES de 1998 e 2000. Não foi directamente escrito em RES97 talvez pelo impacto desses primeiros momentos (realçado também em **2)**, ou seja, do **choque** sentido. Em **1)** procura-se sublinhar a falta de autonomia no controlo sobre a tarefa. Apesar do sucesso lectivo, nada diz sobre o domínio de tarefa em 1998 e 2000, embora aumente a intensidade no pensar sozinha, no controlo emocional e surja de novo, em 2000, o *locus* de controlo interno.

4.5.8 quadro IV - Correlação entre as 3 Dimensões

Florinda

? de descrições fases	Desafio	Compromisso	Controlo
	desafio Flexibilidade	pessoal social	locus emocional e tarefa
1997 fase de algum choque	B) variação de contexto D) (ideais, que risca)	D) optimismo persistente E) alta auto-estima A) activa suporte social H) alguma gregariedade mas “sente-se só “ I) média aceitação social	F) locus de controlo interno G) “orgulho-me do que faço” (directamente inferido domínio da tarefa) L) planeio e empenho-me
1998 fase da recuperação	N) desafio B) grande variação de contexto T) sensibilidade QR) (reflecte e) aprende	manutenção: D) optimismo persistente H) alguma gregariedade diminuição: E) ligeira < auto-estima I) sem registo F) sem registo H) s/ registo da solidão G) sem registo de domínio de tarefa aumento: H,I,J) preocupação c/ interacção social (ligeiro >extroversão) P) conheço-me *M) aumento do rendimento escolar O) controlo emocional Q) reflexão sozinha Q) forte reflexão sozinha	
2000 fase da optimização (da recuperação)		diminuição: P) s/ registo do autoconhecimento; aumento: E) c/ alta auto-estima J) extroversão S) c/ controlo social F) locus controlo surge de novo I) c/ boa aceitação social	
		N) maior aposta no desafio R) aprende e muda, entusiasmo (inebriante)	

Legenda: Retirámos a separação entre as dimensões pois há alterações de intensidade registadas para as três dimensões (“aumento (...)”; “novos itens(...)”; “>” “<”, aumento e diminuição, respectivamente. *M) não está em RES.

A)-S): designações das características apresentadas em 4.5.7 *Registo de Possíveis Processos/Dinâmicas*

Verifica-se uma correlação entre as três dimensões pois há simultânea variação no Desafio, Compromisso e no Controlo em 1998 e em 2000. **1)** Há a assinalar 2 variações de contexto. Observando melhor, verifica-se que **2)** inicialmente a dimensão do Desafio não é registada (é riscado algo que inicialmente escreve no âmbito de ideais); o inicial Controlo tem registos importantes, o mesmo acontecendo com o Compromisso inicial. No entanto, Florinda regista com intensidade que se sente só, talvez associado com o Desafio da variação do 1.º contexto, **B)**. **3)** Em 1998 já não acontece sentir a solidão. Mantém-se alguns aspectos, ressaltando **D)**, um optimismo persistente, no Compromisso, e, por outro lado, surge a 2.ª variação de contexto, **B)**, no Desafio. Diminuem importantes indicadores, **E)**, **F)** e **G)**, por exemplo, no Compromisso e no Controlo; **4)** e aumentam aspectos das 3 dimensões: algum contrabalanço no Compromisso e no Controlo (**P** e **Q**), mas mais importantes variações no Desafio (onde nada existia anteriormente). Aumenta simultaneamente uma preocupação, **H,I,J)** no Compromisso. Fora do registo em RES sabe-se de M). **5)** Em 2000, Florinda aumenta importantes indicadores em todas as dimensões²⁷⁸ e também consegue registar um maior domínio no compromisso social (preocupação anterior).

4.5.9 Exemplos de classificação

Como temos vindo a relembrar nestas exemplificações, designámos de máximos níveis, MNi's, fazendo também a sua correspondência com cada um dos indicadores das diferentes subdimensões neste constructo estudado, descrita e posta em relevo em 3.4.1²⁷⁹. Vamos recolher alguns dados sobre a classificação obtida neste estudo de caso descrita em anexo²⁸⁰, passando a constituir exemplo do nível obtido em resiliência. Realçamos de novo que a classificação é fruto só das respostas em RES.

Na escala A, M+, M, B+ e B, e em 1997, Florinda obteve B e B, respectivamente nas subdimensões do desafio e flexibilidade; M+ e B+, no compromisso pessoal e social, respectivamente; e M+ no *locus* de controlo interno e B+ no controlo emocional e de tarefa. Em 1998 foi classificada com M e B+; M+ e B+; B e M. Em 2000 obteve os

seguintes valores: M+ e M+; M+ e M+; M e B+. Obteve-se posteriormente os respectivos valores e Gráficos para a Resiliência de Florinda.

Vejamos a descrição e classificação do compromisso social. Em 1997 neste estudo refere-se a gregariedade, a aceitação social e o não ser extrovertida. Obteve o nível final de **B+**.

“Tenho uma “média” aceitação social”, RES97/P2, B+
com assiduidade e entendendo-o negativo “não sou extrovertida”, idem/P1, B+²⁸¹
“Tenho amigos com quem posso divertir-me”, idem/T3; “sou muito solitária”, idem/S5
“Tenho um grupo de amigos que no essencial pensam como eu”, idem/T2, B+

Durante 1998, há o que chamámos *preocupação social* de Florinda. Na 2.^a avaliação realizada no final do ano de 1998, há uma diminuição do nível no compromisso social, apesar *da sua preocupação*, surgindo o registo de outros indicadores (como vimos anteriormenete). Foi-lhe atribuído um nível de **B+**. De notar que, nesta descrição da sua inserção social, não descreve a aceitação social (como pensa que os outros a aceitam, o que não depende directamente de si própria), mas o modo como se dá aos outros.

“não sou muito frontal”, idem/P3, B+
“Tenho amigos com quem posso divertir-me (e a quem posso recorrer)”, idem/T3; “percebo mais ou menos os sentimentos dos outros”, idem/P2²⁸²; “dou-me com facilidade”, RES98/P1, B+

Traduz, como em 1997, o que apelidámos de gregária, mas ainda é tímida (indicador no qual consideramos possível uma contribuição máximo de nível M+) e não é extrovertida (indicador com máximo nível A).

Em 2000, a preocupação anterior transformou-se num nível médio, **M+**, de compromisso social.

com intensidade “Tenho uma “boa” aceitação social”, RES2000/P2, M+
“Sou mais ou menos extrovertida”, idem/P3; “tenho amigos com quem posso divertir-me”, idem/T4, M

4.6 Pedro

4.6.1 Resumo (frase; perfil em desafio, compromisso e controlo; uma interacção entre o puzzle e o contexto; evolução)

Frase

Pedro apresenta um optimismo, inicialmente bem estruturado mas com média resiliência, que sofre uma ligeira erosão final e um desaparecimento do domínio da tarefa (a tarefa lectiva torna-se bastante longa).

Resumo do perfil de 1997 em compromisso, controlo e desafio

O Pedro em 1997 faz 23 autodescrições no documento RES97, embora não se considere conversador. O compromisso social é a sua descrição mais forte, utilizando muitos indicadores e referindo-se como tendo uma boa aceitação social. É carinhoso para com todo o suporte social e existe um namoro tranquilo. Relativamente ao compromisso pessoal mostra-se muito optimista (embora com possíveis desilusões), com frequência reflecte e tem um perfil activo. Esta acção realiza-se com os outros mas também de um modo autónomo, pois também dá um passeio de bicicleta para diminuir a tensão. Quanto ao domínio sobre o que o rodeia, e, nesta 1.^a avaliação, Pedro refere o sentir um controlo interno sobre o seu quotidiano e ter um constante controlo emocional. Tem uma boa nota de acesso, mas regista um simples domínio de tarefa bem como uma reflexão individual, que não se mostra complicada, revelando-se empenhado. Por outro lado é flexível, verificando-se em 1997 um maior registo nesta área, nomeadamente, no lidar facilmente com a palavra desafio, exprimindo o gosto por esta atitude.

Interacção que o puzzle e o contexto permitem

O contexto da actividade lectiva tem-se mostrado tortuoso, parecendo-nos ser a área em que a dificuldade tem sido mais vivida. Os resultados não têm sido os mais desejados. No

entanto tem reagido, pela flexibilidade e desafio do seu perfil, mudando, ultimamente e inclusive, de curso. Noutra perspectiva, o seu forte perfil social e uma autonomia de menor intensidade têm-se mantido sempre importantes e dinâmicos e portanto com um papel de realce na estabilização dos diversos impactos do dia-a-dia. Pedro solicita com frequência este apoio social e, em 2000, estende este grau de intensidade à descrição da existência de um *locus* de controlo interno e de uma sua atitude frontal.

Evolução

Numa análise macroscópica, parece ser uma pessoa bastante constante e calma: existe sempre controlo emocional e, em geral, as variações são pequenas. No entanto há algumas alterações que entendemos sublinhar. Piorou a importância de registar a flexibilidade; diminuiu ligeiramente o compromisso pessoal; o domínio da tarefa deixa de se registar. Descreve um constante nível da classificação no Controlo, que é sustentada pela manutenção do controlo emocional, anteriormente referida. Concomitante com esta ligeira diminuição, o optimismo regista uma alteração no mesmo sentido.

Relativamente ao compromisso social, diríamos que é particularmente complexo, forte e há um aumento da frontalidade. Ao reflectir gosta de o fazer sozinho mas também acompanhado, quando necessário, pela família, amigos e particularmente por uma amiga especial. Como dissemos, mantém-se sempre a solicitação do EU TENHO.

De notar que em 1998 há uma ligeira quebra em diferentes indicadores que voltam a surgir em 2000. É bastante importante o surgir de novo o desafio, o optimismo não desaparecer e o *locus* de controlo emergir de novo e com força. Parece, noutra perspectiva, não ter dificuldade na decisão e actuação, e assim, o *locus* de controlo interno mostra-se real, tendo o seu registo aumentado simultaneamente com decisões entendidas indispensáveis. De sublinhar também que, nas 58 autodescrições em RES, nunca regista a auto-estima. Quanto à sua estrutura de resiliência, ela não é alta, mas inicialmente tinha um maior valor.

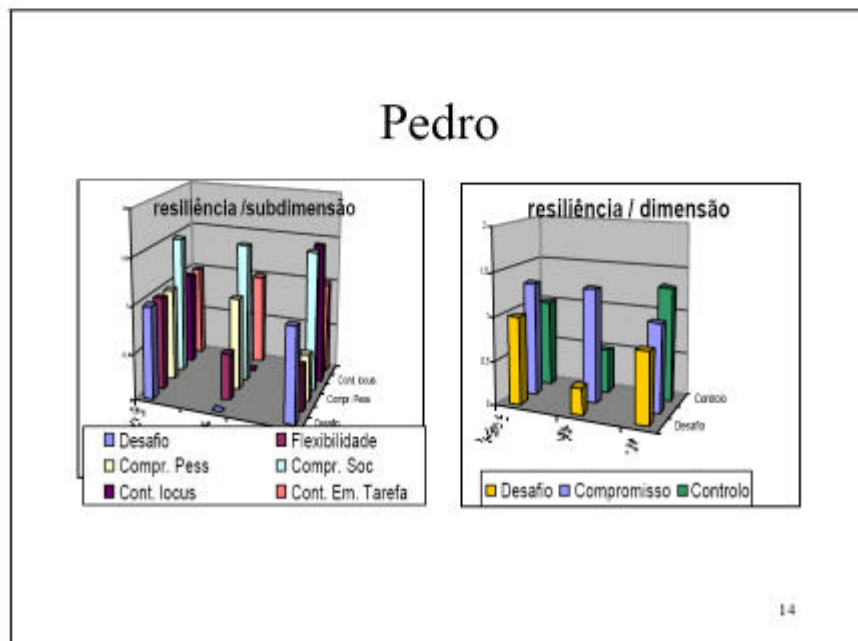
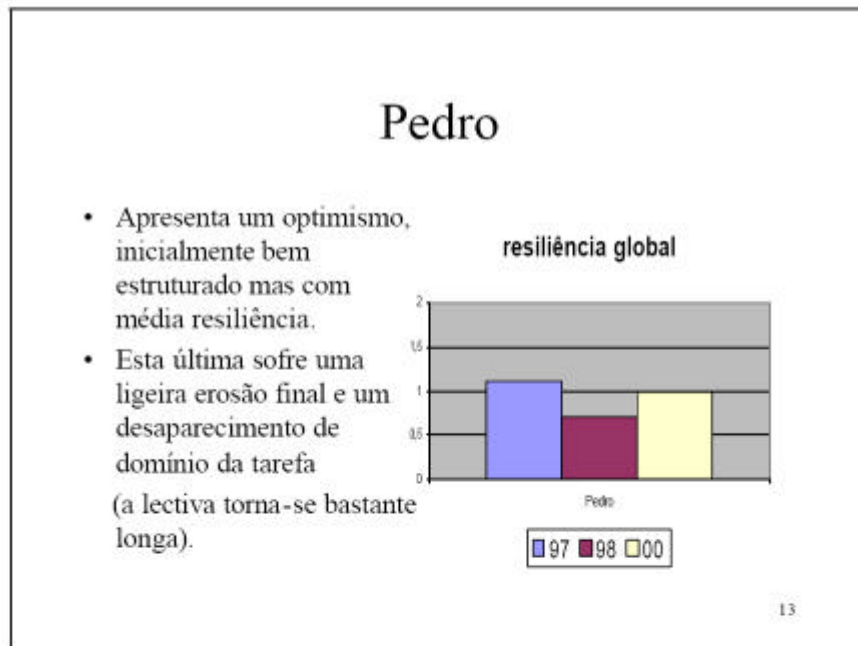
4.6.2 Introdução- Leitura sucinta dos Gráficos da Avaliação em resiliência²⁸³

Não esquecendo que é o caso estudado com menor variação nas 3 avaliações e que houve alguma tentativa de resolução de problemas anterior ao 3.º momento de avaliação, verifica-se que: **1)** Pelo gráfico da avaliação em resiliência por subdimensão, inicialmente temos uma resiliência bem estruturada pois tem um valor médio em todas as 6 subdimensões excepto no maior valor do compromisso social. **2)** Este último é o factor que se mantém inalterável. **3)** Mas, analisando o gráfico da resiliência global, constatamos que há uma ligeira descida e, posteriormente, uma menor subida; **4)** Através do gráfico da avaliação do constructo por dimensões, observa-se a sua tripla variação, embora haja um menor desvio no Compromisso. O Desafio e o Controlo descem e sobem, no entanto verifica-se um ligeiro menor valor final do Desafio, e, o Controlo, acede a um nível ligeiramente maior.

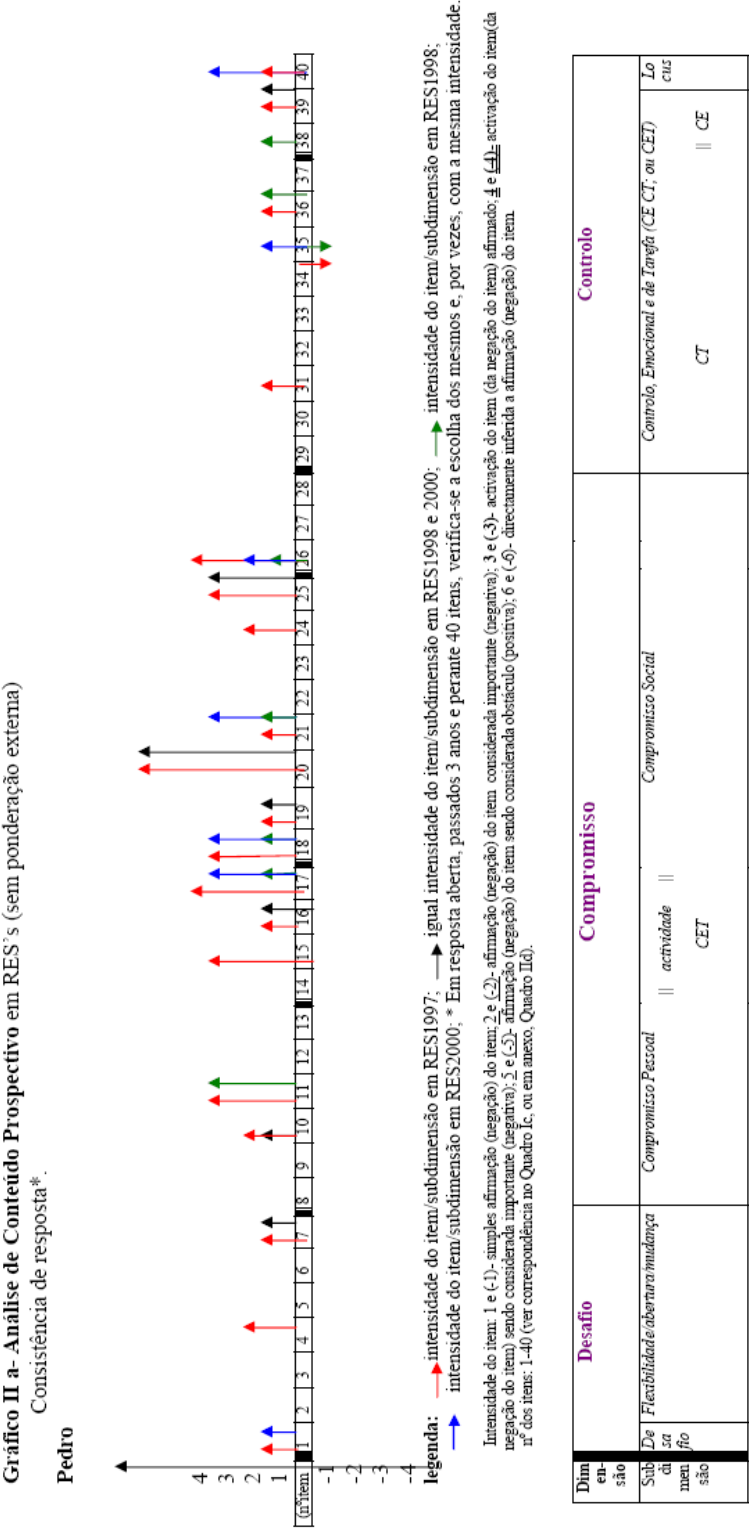
5) Há um outro factor que mantém o valor, agora no nível médio, que é a subdimensão do controlo emocional e de tarefa (última barra nas subdimensões). No entanto, como sabemos, ela é mais complexa e verifica-se, neste caso, por exemplo pelo Gráfico IIa, que esta manutenção se deve 1.º ao controlo sobre o problema e sobre a emoção (itens n.º31 e 39, respectivamente), e na 2.ª e 3.ª avaliação, ao controlo sobre a emoção (na terminologia, *e.g.*, de Lazarus, 1984). Sobre as outras subdimensões averiguamos que: **6)** O desafio desaparece e volta a surgir com o mesmo valor; a flexibilidade desce e mantém-se baixa na 2.ª e 3.ª avaliação; o compromisso pessoal desce ligeiramente. Do compromisso social já falámos sobre a sua manutenção num valor que é alto; o *locus* de controlo interno desaparece e surge mais alto; e também já foi abordada a manutenção do controlo de tarefa (mantido principalmente pelo controlo emocional).

Como dissemos, toda esta classificação da resiliência de Pedro se baseia numa análise directa de conteúdo (58 autodescrições em 3 anos) registada no Gráfico IIa, que se segue²⁸⁴. Neste gráfico poderemos observar a distribuição nas 3 avaliações dos diferentes indicadores, inseridos estes nas 3 dimensões. Também pelo Gráfico IIa se pode analisar a variação de intensidade de cada indicador e verificar a manutenção em tantos deles (em 9), e uma pequena variação em alguns (em 4).

4.6.3 gráficos da Resiliência de PEDRO: global, por dimensão e por subdimensão



4.6.4 gráfico IIa - Análise de Conteúdo Prospectivo em RES



4.6.5 Realces Gerais

Pedro

Realçávamos em Pedro uma estrutura multifacetada de indicadores nas diferentes dimensões. Em 1997 descreveu indicadores importantes mas, como pôde ser observado na rápida análise dos gráficos da resiliência global e por subdimensões deste caso (tendo existido uma maior descrição na dimensão do controlo, não obtém uma maior classificação devido ao registo da intensidade e o conteúdo de muitos dos indicadores).

Através dos seus registos podemos realçar dois primeiros aspectos: A) que escolheu e/ou escreve bastante: 23 autodescrições em 1997, 17 em 1998 e 18 em 2000. Segundo diz, em todos os RES's, “é extrovertido, q.b.”. B) Globalmente, podemos igualmente observar o que lhe acontece com maior frequência: em 1997 fá-lo relativamente a todo o campo EU TENHO, hierarquizando-o. Em 2000 volta a fazer o mesmo em todo o campo EU TENHO, a que adiciona um indicador no campo EU SOU, a responsabilidade pela sua história, bem como outro indicador em EU POSSO, a existência de frontalidade. Passamos a expor o sublinhado anterior: em 1997,

com a máxima intensidade escreve “Tenho uma boa família que me ajuda quando eu preciso”; “Posso contar sempre com alguém quando preciso”, RES97/T1eT3 ; “Tenho alguém que amo incondicionalmente”, idem/T4

com a máxima intensidade “Tenho amigos com quem me posso divertir”, idem/T5

com frequência “Tenho um carro e uma bicicleta que me ajudam a espairecer”, idem/T6

“sou uma pessoa que não consegue viver sem os amigos. Eles, a par da minha família são as pessoas de quem mais gosto”, idem/S8.

Em 1998 é semelhante, e, para lá de ter amigos com quem pode reflectir e divertir-se, pode contar com alguém, tendo também uma pessoa a quem pode sempre recorrer, e

“Tenho uma família estável”, RES98/T1

“Tenho alguém que amo e que me ama incondicionalmente”, RES98/T5

Em 2000 é semelhante, e

pondo em 1.º lugar “Tenho uma família que é também uma referência para mim”, RES2000/T1 e “Tenho uma pessoa que amo incondicionalmente que me ama da mesma forma”, idem/T2

em 2.º coloca “Tenho um grupo de amigos que pensam como eu e com os quais posso reflectir”, idem/T3

em 3.º “Tenho várias pessoas com quem me posso facilmente divertir”, idem/T5

e por fim, em 4.º “Sei que posso sempre contar com alguém quando preciso”, idem/T4

Dos restantes 13 registos em RES2000, as outras duas descrições que assinala como frequentes são

*“Sou uma pessoa que acredita que o que se passa na minha vida depende muito de mim”, idem/S1
e “Sou frontal”, idem/P4*

Depois da macroanálise e maior explicitação do suporte social²⁸⁵, passaremos ao sublinhar de 10 aspectos deste perfil. 1.º- Pedro tem um perfil calmo e essencialmente constante²⁸⁶ nas suas descrições desde 1997 a 2000, o que pode ser observado no Gráfico IIa (respectivamente, item n.º39 e na generalidade dos seus itens). 2.º- O compromisso social avaliado pela facilidade de inserção social, é bastante bem estruturado (com indicadores em todas os 3 níveis desta subdimensão do modelo) e de alto valor. Nas 3 avaliações, considera que tem boa aceitação social, é extrovertido (q.b.) e não é socialmente tímido. Parece existir um namoro tranquilo, bem como uma grande sensibilidade na interacção social. 3.º- Existe sempre um registo de optimismo que apresenta uma ligeira erosão durante o período avaliado. 4.º- O registo da frontalidade (item n.º21) parece inquebrável e sem conflito social. É reforçado em 2000. 5.º- A par com um controlo emocional, médio mas constante, que sublinhámos anteriormente (em 1), permanece um mínimo registo de flexibilidade (ver nos exemplos da sua classificação). Dentro desta última área, embora não seja permanente, lida facilmente com a palavra desafio, o que no nosso modelo de resiliência é bem importante (ver exemplos da classificação). 6.º- A acção e a decisão parecem ser fáceis, como será analisado. 7.º- Não existe registo de domínio de tarefa (em 1998 e 2000; existe um simples registo em 1997). 8.º- Existe uma pequena e simultânea alteração no *locus* de controlo interno e no desafio (ver Quadro IV). 9.º- Pedro nunca regista a sua auto-estima. 10.º- A par com a grande sensibilidade e estabilidade na interacção social, anteriormente assinalada, parece desenhar-se um período particularmente sensível aos resultados académicos. Há dois períodos de *decréscimo* dos valores de diferentes categorias, nomeadamente no *domínio*/controlo da tarefa (7.º aspecto), mas é essencialmente um optimista (3.º aspecto) com controlo emocional (1.º aspecto). Tudo aponta no sentido de uma maior fragilidade, mas não de um choque. Designámos este período como o de “maior sensibilidade aos resultados académicos”. Verificando-se a *diminuição do optimismo*, consideramos uma fase inicial de uma 1.ª avaliação, referente a 1997, e duas intermédias em 1998 e 2000: fase de desgaste; e fase de desgaste com alguma recuperação. Ver Dinâmicas/Processos e Quadro III e IV.

1997	fase inicial da avaliação	<p>“Sou uma pessoa que não consegue viver sem os meus amigos (...)” (RES97/S8)</p> <p>“Gosto de reflectir sozinho, mas quando é necessário gosto de ter uma pessoa ao meu lado” (<i>idem</i>/S1); “Tenho alguém que amo incondicionalmente” (<i>idem</i>/T4)</p> <p>“Tenho um carro e uma bicicleta que me ajudam a espairecer” (<i>idem</i>/T6)</p> <p>“Sou uma pessoa muito optimista, embora com desilusões” (<i>idem</i>/S4)</p> <p>“Sou empenhado (...em projectos)individuais ou em grupo” (<i>idem</i>/P9)</p>	<p>Perfil geral: Extrovertido q.b.; optimista; activo; c/ controlo emocional; s/ necessidade de independência; intensa e altamente cotada descrição do compromisso social; sendo sensível aos outros - c/ flexibilidade mínima; s/ preocupação com o seu desenvolvimento; s/ registo de auto-estima.</p> <p>neste momento também c/ maior desafio e flexibilidade; c/ responsabilidade pelo que lhe acontece; c/ registo simples de domínio de tarefa.</p>
1998	fase de desgaste	<p>“Sou optimista” (RES98/S2)</p> <p>“Gosto de reflectir sozinho, com os meus pais e com a minha melhor amiga” (<i>idem</i>/S4)</p>	<p>Para além do perfil geral, também o registo do desafio desaparece, bem como o <i>locus</i> de controlo interno, o domínio de tarefa e os níveis altos de flexibilidade</p>
2000	fase de desgaste com alguma recuperação	<p>“Sou optimista mas não em exagero” (RES2000/S1);</p> <p>“Sou frontal” (<i>idem</i>/P4)</p>	<p>Manutenção do perfil geral e, de novo surge o registo do desafio e <i>locus</i> de controlo, sublinhando este último, reforçando também a frontalidade.</p>

De sublinhar que, numa 1.^a parte do desgaste, em 1998, Pedro continua activo na associação de escola para além da actividade académica. Em 2000, a história do nível de controlo/domínio da actividade lectiva continua difícil, e, perante o sistema “Pedro/envolvente/1999”, o primeiro responde no sentido de uma activa decisão (com mudança de curso), verificando-se por um lado, *e.g.*, que o *locus* de controlo interno e a frontalidade aumentam. Simultaneamente a questão lectiva ainda não está resolvida e o optimismo sofre ligeira erosão.

Estão assim expostos 10 aspectos pontuais mas que parecem não funcionar independentemente. A partir do EU TENHO, SOU e POSSO nos diferentes momentos de avaliação, no Quadro III Dinâmicas/Processos de Pedro, propomos dinâmicas bem como realce das estruturas das dimensões de Desafio, Compromisso e Controlo. Segundo a nossa proposta de classificação, Pedro tinha em 1997 uma boa base de resiliência multiestruturada com o controlo social seguro e com indicadores bem posicionados nas outras dimensões. Esta base estrutural não continuou e, *e.g.*, o optimismo²⁸⁷, com a ausência do controlo de tarefa, talvez esteja a fragilizar-se um pouco.

De notar que o compromisso social é complexo, forte e há um aumento da frontalidade, como dissemos. Ao reflectir sozinho também gosta de o fazer acompanhado, quando necessário, pela família, amigos e um amigo especial. Como dissemos solicita e sente

sempre o apoio do EU TENHO. Nas respostas ao PCM também confirma a não necessidade de independência. Nas respostas ao instrumento FIPE pode ler-se uma descentralidade, o que confirma a flexibilidade nestas áreas e o carinho com que trata o suporte social. O registo do PCM analisado através de parte da nossa grelha de indicadores, revela alguma prontidão para a aprendizagem, o que coincide com o nível da dimensão do desafio/flexibilidade registado em RES's.

No 1.º momento da avaliação, vamos sintetizar os resultados com três instrumentos de avaliação. É a seguinte, a avaliação²⁸⁸ em RES (1,1: 1,00/1,25/1,00), FIPE (1/3/4/-) e PCM (1,66, média 1,50) de 1997. Há portanto flexibilidade avaliada através dos 3 instrumentos de avaliação de avaliação. Quanto à dependência há uma coerência entre PCM e RES. Neste último documento verifica-se alguma solicitação do suporte social de apoio.

4.6.6 Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas

Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas
Pedro

<p>Determinação: Na decisão de mudança de curso (Compquest)</p>	<p>EU SOU</p> <p>D) optimismo E) conhece-se F) desafio (gosta)</p> <p>Como é G) flexível H) reflexão</p>	<p>Maior sensibilidade: Na actividade lectiva (Compquest) e interacção social</p>
<p>EU TENHO</p> <p>A) Suporte social, principalmente o namoro</p> <p>Como é Q) activo (e.g., Associação de Estudantes; diversão com amigos) B) actividade facilitadora (e.g., carro e bicicleta) C) rendimento escolar, boa nota de ingresso</p>	<p>Alterações</p> <p>F) fecho do desafio G) flexibilidade, ligeiro fecho I) locus controlo interno, desaparecimento L) domínio, diminuição</p> <p>O) controlo social</p> <p>1997</p> <p>1998 Alguns desgastes I) locus interno, de novo presente F) desafio, de novo presente O) controlo social, ligeira diminuição E) conhecimento, ligeira diminuição D) optimismo, ligeira diminuição</p> <p>2000</p>	<p>EU POSSO</p> <p>I) locus de controlo interno J) controlo emocional L) domínio</p> <p>M) facilidade social, alta nomeadamente c/ N N) frontalidade, talvez c/ controlo e gregaridade P) extrovertido, qb.</p> <p>C) forte Δ no rendimento escolar Como é activo</p>
<p>Áreas sem alterações visíveis</p> <p>P) Extrovertido, quanto baste</p> <p>J) Controlo emocional sempre presente e sem exagero</p> <p>MNPB e Q) Facilidade social ou compromisso social avaliado. Parece ser bastante constante, com forte componente da constante frontalidade social. Esta última parece não ser conflituosa e foi colocada em 1º lugar em 2000, no campo Eu Posso. O suporte social- namoro A), com um papel importante, na reflexão c/ outros e activação do suporte social. Por outro lado, tem-se mantido sempre activo Q (tendo mudado de curso).</p> <p>G) Mantém-se um mínimo de flexibilidade</p> <p>I) o locus interno do controlo teve uma ligeira diminuição com posterior reequilíbrio. Realçou-o em 2000 (colocou-o como sendo o que mais activa, no campo EU SOU).</p> <p>D) o optimismo é fortemente sentido e vai-se desgastando ligeiramente</p> <p>Ânimo: É activo, não está a correr muito bem o domínio da actividade lectiva (boa nota de acesso ao E. Superior)</p>		

Legenda

EU TENHO, SOU e POSSO: algumas das facetas de A-Q.

Alterações e dinâmicas: → Dinâmicas iniciais; → Dinâmicas posteriores.

PCM é um instrumento de avaliação de D. Hunt; RES é um instrumento para avaliação da resiliência, por nós elaborado. Aplica-se também um questionário semi-aberto, comparando documentos, Compquest, por nós elaborado.

4.6.7 registo de possíveis Processos/Dinâmicas

Pedro

Nos Realces Gerais de Pedro, sublinhámos não um choque, mas um período de maior sensibilidade à actividade académica, que em 2000 ainda não está resolvido.

O modo como as diferentes facetas desta estrutura humana e da envolvente colidiram, identificadas pelas características de **A)** a **Q)**, é realçado no **Quadro III** através das alterações caracterizadas por **F,G,I,L, e O)**, bem como alterações posteriores, **I,F,O,E,D)**. Designámos por: **A)** activação do suporte social, com namoro; **B)** existência de actividade facilitadora; **C)** rendimento escolar, com boa nota de ingresso, no EU TENHO. **D)** Tem muito optimismo; **E)** refere um autoconhecimento; **F)** gosta do desafio; **G)** apresenta flexibilidade, com realce do positivo no difícil, no EU SOU. Identifica também a existência de: **H)** a reflexão, fá-la sozinho e/ou acompanhado; **I)** *locus* de controlo interno; **J)** controlo emocional; **L)** simples domínio da tarefa; **M)** alta facilidade de inserção social; **N)** frontalidade, com possível controlo e gregariedade; **O)** controlo social; **P)** extroversão, “quanto baste”; e **Q)** perfil activo no EU POSSO. Ver Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas deste caso estudado.

Fase inicial

Campo EU TENHO: É uma pessoa sem necessidade de independência, gosta do apoio exterior **A)** e é activo mesmo na dificuldade (actividade facilitadora) **B)**

Campo EU SOU: É uma pessoa sensível **G)**, bem optimista **D)**, sem crenças especiais, mas reflexiva **H)**, flexível, que gosta do desafio **F)**

Campo EU POSSO: É uma pessoa calma **J)**, com *locus* de controlo interno **I)** e simples domínio da tarefa **L)**, empenhada, com forte aceitação social **M)**, gregariedade, alguma frontalidade **N)** e extrovertido, q.b. **P)**

Não conhecemos a história do controlo anterior, mas sabemos da nota de acesso, **C)**, 13,4 valores (alta, relativamente à turma). Não nos vamos debruçar especialmente sobre a nota de acesso, mas o registo do simples domínio da tarefa difícil no início do Ensino Superior, **L)** parece também estar-lhe associado. Há simultaneamente uma tranquila responsabilidade pela sua história, **J)** e **I)**. Esta descrição do Controlo está inserida na estrutura da resiliência deste estudo de caso e também figurará no Quadro IIIa. Pedro tem uma bastante boa estrutura inicial de resiliência, pois há um alto compromisso social (também com

namoro) e alguns indicadores com boa classificação na dimensão do Desafio e do Controlo. Assim, no EU SOU colocámos no **Quadro III** o suporte social, **A**), existência de actividade facilitadora, **B**), dando uns passeios para diminuir a tensão. No EU TENHO realçámos **D**), **E**) e **F**), com **G**) e **H**), respectivamente, a presença de optimismo, do autoconhecimento, do gostar do desafio, e, portanto, da flexibilidade e reflexão, que é saudável²⁸⁹ como poderemos constatar também *noutros instrumentos de avaliação* e em **RES**, no bem-estar activo, que a condição de optimista e o seu perfil de acção lhe permitem, e que serão objecto de reflexão no ponto 1.2) do próximo Quadro IIIa. No EU POSSO indicámos a existência de **I**, **J**, **L**, **M**, **N**, **P** **Q**) características associadas ao controlo e compromisso social (ver conteúdo acima descrito e o anterior **Quadro III**).

Em 1998 e com os dados de Pedro, descrevemo-lo assim:

1.ª Fase de desgaste

Campo EU TENHO: É uma pessoa que nesta fase apresenta um perfil semelhante em relação ao importante apoio social **A**)

Campo EU SOU: Continua sensível à interacção social **G**), optimista **D**), reflexivo, **H**). (Cala o desafio **F**) e a atenção flexível sobre o desenrolar da dificuldade **I**)

Campo EU POSSO: Continua a ser calmo **J**), fala do controlo social e continua com um alto perfil na interacção social **M,N,P,B**). (Cala a responsabilidade, **I**) pela sua história **H**) e o domínio da tarefa **L**))

Continua a ter um perfil optimista, parece semelhante noutros aspectos, mas sente alteração em **F,G,I L** e **O**), descritos anteriormente e transcritos para o **Quadro III** de Pedro. Verifica-se o desaparecimento de indicadores importantes como o *locus* de controlo interno, o domínio da tarefa e o lidar com a palavra desafio. Passa-se algo que não tem a ver com o ingresso no E. Superior, com o impacto inicial da vivência de um novo contexto social²⁹⁰. Mas, apesar de uma boa nota de ingresso, os resultados lectivos são menos felizes, razão porque no **Quadro III**, em 1997, associámos também a indicação do rendimento escolar, **C**) tornando possível uma leitura lógica e coerente da dinâmica apresentada por Pedro. Pelo Quadro III e talvez mais visivelmente pelo Quadro IV onde são mais evidentes as variações de indicadores e a simultânea variação de **C**), inferimos assim que existe uma preocupação e uma experiência marcante em Pedro em 1998: os resultados lectivos.

Em 2000, Pedro responde indicando o seguinte:

2.^a Fase de desgaste com alguma recuperação

Campo EU TENHO: Mantém-se a ausência da necessidade de independência e da presença do apoio social **A)**, mostra-se activo (na associação de estudantes)

Campo EU SOU: É sensível **G)**, optimista sem exagero **D)**, reflexivo **H)** e gosta do desafio **F)**

Campo EU POSSO: É uma pessoa calma **J)** que sublinha o *locus* de controlo interno **I)**, muda de curso **Q)**, é empenhado, continua com alto perfil no compromisso social **A)** realçando a frontalidade **F)**

Estas são facetas que nos ajudam a continuar a fazer uma leitura de dinâmicas. Em 2000 o domínio **L)**, ainda não existe, mas é de novo significativo o desafio, **F)**, a responsabilidade pela sua história, realçando-a, e a frontalidade é descrita de um modo mais forte, **N)**. Pode-se verificar que mudou de curso constatado **em Compquest**, ponto 1.2 no Quadro IIIa, o que também está assinalado em **Quadro III**, em **C)**. Isto vem sublinhar as experiências marcantes sentidas e a possível preocupação na área do menos agradável rendimento lectivo. Pedro é activo, **Q)**, e para além de ter uma forte e prolongada actividade na associação de estudantes, altera condições da envolvente lectiva. Propomos que, como resultado, o *locus* de controlo interno **I)** seja sentido bem como o desafio, **F)**. Todos estes aspectos bem como o suporte social, **A)** e o trabalho na associação de estudantes, talvez levem a uma mais intensa frontalidade, **N)**, área do compromisso social, onde tem controlado as situações. Fruto do baixo rendimento escolar, **C)**, e simultaneamente com a mais intensa frontalidade **N)**, deixou de existir espaço para o registo do controlo social, **N)**, bem como do autoconhecimento, **E)**. Finalmente surge uma ligeira erosão do seu optimismo, característica geral que entendemos como traço marcante deste perfil, bem como um dos pilares na sustentação do compromisso pessoal e da resiliência de Pedro.

Como consequências da variação, temos um tranquilo reajuste ainda não terminado. Desenha-se um período de maior sensibilidade ao controlo da actividade lectiva, respondendo com decisão e actuação de modo a alterar as condições da envolvente, mas pessoalmente ainda não existe o domínio da situação.

Relativamente à explicitação em diferentes tipos de instrumentos de avaliação, há muita acção, com flexibilidade, como pode ser observado *noutros instrumentos de avaliação*, traduzindo talvez um processo para o domínio dos desejos mais importantes ou mais profundos de Pedro, mas ainda não é sentido esse mesmo domínio, o que **o registo em RES** parece traduzir, ponto 1.1) do Quadro IIIa. No entanto são espontaneamente sentidos

os entusiasmos e menores alegrias conseguidas, da recuperação mais lenta que a desejada (com variação positiva de alguns indicadores importantes, em RES- ponto 1.1). A isto designámos como 2.^a função do registo em RES e em diferentes instrumentos de avaliação, Quadro IIIa. Esta variação última de indicadores traduz talvez o que Rutter gosta de sublinhar: a existência do vigor ou maior aposta quando surge a situação difícil.

Quadro IIIa - Registo em RES e noutros instrumentos de avaliação, por exemplo, Compquest.

Pedro

Analisa-se 1 ponto	1.1) Domínio de tarefa (e Flexibilidade)	1.2) Bem-estar activo
1997 fase inicial	PCM97/R6 (perante uma ordem): "procuro ajudar (...)" (Compquest: Acção Associação de estudantes de Idade: 20 anos (1997) Manutenção de uma actividade lectiva menos concretizada Compquest 2000: Variação de curso	RES's: Apoio do suporte social e autonomia na actividade facilitadora Domínio: Só em 1997; e Controlo Emocional, <i>constante</i> ; Variação no <i>Locus</i> de Controlo Interno (desapareceu e posteriormente surge de novo); Variação no Desafio (desapareceu e posteriormente surge de novo); RES's: Reflexão saudável PCM 98/R2 (quando me criticam): dou pouca importância (às críticas, se são de desconhecidos) Compquest: sempre na associação de estudantes; mais tarde, variação de curso, (pois estava difícil o rendimento escolar). RES's: Para lá do optimismo e da reflexão (2.º lugar) é activo empenhado c/ actividade facilitadora (1997) diversão com outros- (3.º lugar) "não consigo viver sem os amigos" RES97/S8
1998 1.ª fase do desgaste		
2000 2.ª fase do desgaste (com alguma recuperação)		
Aponta-se para	2.ª função	1.ª função

Legenda: 1.ª função- igual registo em diferentes tipos de instrumentos de avaliação; 2.ª

função- diferente registo em diferentes tipos de instrumentos de avaliação, em que tentamos indicar a respectiva justificação da resposta em RES.

Mas é só tentativa para dominar uma situação que sente difícil. Pedro não sente como conseguida e segura a resolução do problema e, portanto, **em RES** não há registo de domínio de tarefa, razão que subjaz à contínua diminuição, do desgaste, nos outros indicadores, que o Quadro IV também sublinha.

Pedro tem 20 anos na 1.^a avaliação em RES: é novo e tem uma nota de ingresso relativamente alta e, assim, a história de controlo não é muito longa mas é importante. No entanto, como a adversidade lectiva é actualmente maior, o bem-estar activo sofre algum desgaste, ponto 1.2) deste Quadro IIIa, mas a reflexão ainda é saudável, o que é registado tanto em RES como noutros instrumentos de avaliação, ou seja, 1.^a função do conteúdo avaliado em RES.

4.6.8 quadro IV - Correlação entre as 3 Dimensões

Pedro			
? de descrições fases	Desafio	Compromisso	Controlo
	desafio flexibilidade	pessoal social	locus emocional e tarefa
1997 fase inicial	F) gosta do desafio G) é flexível	D) c/ optimismo E) conhece-se QB) c/ actividade facilitadora A) c/ suporte social e namoro M) alta inserção social N) frontalidade s/ conflito P) extrovertido q.b.	I) locus de controlo interno C) boa nota de ingresso H) c/ reflexão J) c/ controlo emocional L) c/ domínio
1998 1.ª fase do desgaste	F) s/ r. do desafio G) alguma diminuição da flexibilidade	aumento O) c/ controlo social diminuição	I) locus de controlo interno – s/ r. C) diminuição do rendimento escolar L) diminuição do domínio
2000 2.ª fase do desgaste (com alguma recuperação)	F) com desafio	aumento diminuição E) menor auto conhecimento D) pequeno desgaste no optimismo O) menor controlo social	Q) muda de curso I) c/ locus de controlo interno

Legenda: Dados de RES estão limitados pelo quadrado a negrito. Retirámos a separação entre as dimensões pois há alterações de intensidade registadas para as três dimensões (“aumento (...)”; “menor exuberância (...)”; “novos itens(...)” sem registo, s/ r; Os dados de **C)** têm outras fontes que não RES.

A)-Q): designações das características apresentadas em 4.6.7 *Registo de Possíveis Processos/Dinâmicas*

Sendo o caso estudado **1)** com autodescrições mais constantes, mesmo assim existem variações. **2)** Verifica-se uma correlação entre as 3 dimensões pois existe variação simultânea. **3)** De notar que o Compromisso varia pouco. **4)** Varia muito mais o Controlo com o Desafio através de indicadores bem cotados no modelo. Essa variação simultânea, tanto diminui como aumenta.

4.6.9 Exemplos de classificação

Relembrando a designação de máximos níveis, MNi's, e a sua correspondência com cada um dos indicadores das diferentes subdimensões neste constructo estudado, descrita e posta em relevo em 3.4.1²⁹¹, vamos recolher alguns dados sobre a classificação obtida neste estudo de caso descrita em anexo²⁹², passando a constituir exemplo do nível obtido em resiliência. Realçamos de novo que a classificação é fruto só das respostas em RES.

Na escala A, M+, M, B+ e B, e em 1997, Pedro obteve M e M, respectivamente nas subdimensões do desafio e flexibilidade; M e M+, no compromisso pessoal e social, respectivamente; e M no *locus* de controlo interno e M no controlo emocional e de tarefa. Em 1998 e seguindo os mesmos critérios, Pedro foi classificado com B e B+; M e M+; B e M. Em 2000, Pedro obteve M e B+; B+ e M+; M+ e M.

Pelo processo lembrado e explícito em 3.4.3, obtiveram-se os valores e Gráficos em Resiliência de Pedro, anteriormente apresentados.

Vejamos mais explicitamente a classificação obtida na dimensão do Desafio. Na subdimensão do desafio obteve **M** em 1997 pois utiliza esta palavra na sua expressão

“gosto de novos desafios (mas não gosto de mudanças repentinas)”, RES97/S3; “Sou uma pessoa que aceita os desafios em diferentes campos (...)”, idem/P8, M

Em 1998, nesta subdimensão obtém nível **B**, pois nada regista. Em 2000, volta a aparecer de novo e com o nível **M**, pois descreve

“Gosto de encontrar desafios”, RES2000/S2, nível M

Na subdimensão da flexibilidade em 1997 escreve

“Quando enfrento uma adversidade, procuro sempre encontrar dentro dela coisas boas para tentar melhorar a situação”, RES97/

o que traduz o nosso indicador de máximo nível 4, MN4, de ter a percepção do benéfico na adversidade. Como escreve que “(...) procura sempre (...)” foi-lhe atribuído o valor M. Este indicador não é mais utilizado pelo Pedro. Quanto ao indicador da sensibilidade, MN1, obteve o nível B+ pois diz em 1997

“percebo com bastante facilidade os sentimentos dos outros, sobretudo os dos meus familiares e amigos”, RES97/P4

Não existiu mais nenhuma descrição classificada nesta subdimensão pelo que, em 1997, ficou com o maior valor **M**.

Em 1998, e, como na avaliação seguinte, só existe uma descrição na flexibilidade e especificamente no indicador MN1, atingindo assim o valor **B+** nesta subdimensão

“Percebo mais ou menos os sentimentos dos outros”, RES98/P2, B+

E finalmente em 2000, obteve igualmente o nível **B+** na flexibilidade, pela razão exposta anteriormente, classificando agora a seguinte expressão

“Percebo os sentimentos dos outros”, RES2000/P5, B+

Com outros instrumentos de avaliação de avaliação, por exemplo em PCM2000 e 98 nas suas respostas aquando uma crítica, podemos constatar expressões que corroboram estes aspectos da sua flexibilidade

“(...) tento sempre ouvir (...)”, PCM2000/R2; “(...) tento entender o seu ponto de vista (...)”, PCM98/R2 e até maiores níveis desta subdimensão, como a aprendizagem e, se se concretiza, a mudança, MN5, através das expressões, por exemplo

“(...tento analisá-la...para em seguida tentar) corrigir (...)”, PCM97/R2; “(...as críticas também me podem) ajudar a melhorar (... quando entendo que não estou bem,) tento mudar (...)”, PCM2000/R2.

4.7 Paula

4.7.1 Resumo (frase; perfil em desafio, compromisso e controlo; uma interacção entre o puzzle e o contexto; evolução)

Frase

Paula apresenta uma constante preocupação de aprendizagem, de resolução de problemas e uma grande alteração da perspectiva negativista do auto-retrato.

Resumo do perfil de 1997 em compromisso, controlo e desafio

Tem um perfil desde sempre envolvido consigo próprio, revelando uma preocupação constante com a aprendizagem, e, energicamente, resolve sempre os seus problemas, sendo muito reflectida e apresentando *locus* de controlo interno. Nesta altura não se controla emocionalmente. Esta época é descrita como dolorosa. Em 1997, revela que é independente e até individualista. Tem 21 anos mas é trabalhadora estudante, pois, fora de Portugal, sempre se habituou a exercê-lo. Havia dificuldades, mas sempre entendeu importante arranjar-se, com cuidado e descrição. De notar que é sempre muito activa principalmente em actividades que realiza sozinha. O seu compromisso social é fraco: quer muito ser sociável, gostando também de reflectir com os outros e de se dar a conhecer. Pontualmente também tem necessidade de conselho. No entanto Paula sente que na interacção social é demasiadamente directa, tendo conflitos com os amigos. É muito sensível nestas interacções interpessoais. As suas fronteiras ainda estão muito altas: ainda não está resolvido o espaço físico de cada um²⁹³. Há uma grande preocupação nesta altura: “uma grande dificuldade em se apaixonar” (pela exigência que entende que esta situação deve apresentar, como referia em Compquest). Diríamos que resolve as situações por si própria, mas anseia por uma maior inserção social. O seu compromisso pessoal também é pouco descrito e baixo.

Por outro lado, nem aqui, nem mais tarde, nunca toca na palavra desafio, embora aposte sempre na auto-aprendizagem. Demonstra flexibilidade e grande sensibilidade, *e.g.*, ao ambiente natural, à escrita e até à condução de um carro. Estas e outras actividades foram designadas “facilitadoras”, por se tornarem importantes para a saúde pessoal.

Interacção que o puzzle e o contexto permitem

A sua grande característica parece consistir num domínio seguro sobre o que depende só de si e que se promove pelo auto-enriquecimento, que lhe foi e será visivelmente útil um pouco mais tarde. Em diferentes instrumentos de avaliação diz ter sido obrigada a resolver sozinha os seus problemas, nomeadamente uma falta de saúde com uma recuperação de grande esforço individual. Mas o novo curso põe novos desafios. Gosta de ser sociável, mas é individualista assim como solitária, e, pela sua maneira de ser e experiência, em 1997 não é fácil ser aceite socialmente. Verifica-se a sua exigência, talvez demasiado forte, num compromisso social onde se descreve com um nível baixo, o que não torna fácil o seu quotidiano, nem ainda lhe permite a assertividade e bem-estar revelados mais tarde.

Mas, noutro momento de avaliação, a sua flexibilidade e o restante puzzle tornam-lhe possível a mudança, sendo mais realista, alterando objectivos e encontrando melhores soluções.

Evolução

Tem uma grande alteração: em 1998 refere o seu objectivo de controlo social, pondo de lado objectivos sociais muito exigentes e acede a uma fase de tranquilidade onde a descrição da sua segurança pessoal se fortalece. Em 2000 parece demonstrar uma muito maior assertividade quanto à sua competência pessoal (que entende muito importante) e a sua flexibilidade aumenta.

Observando só os campos TENHO, SOU e POSSO, em 1997 aposta mais em aspectos que considera negativos do que nos positivos do EU SOU e POSSO; em 1998 dá-se o contrário, e, em 2000, tudo é sentido como sendo positivo e é frequentemente sentida a sua

confiança em múltiplos aspectos (nomeadamente o transmitir, com muita intensidade, as suas opções religiosas).

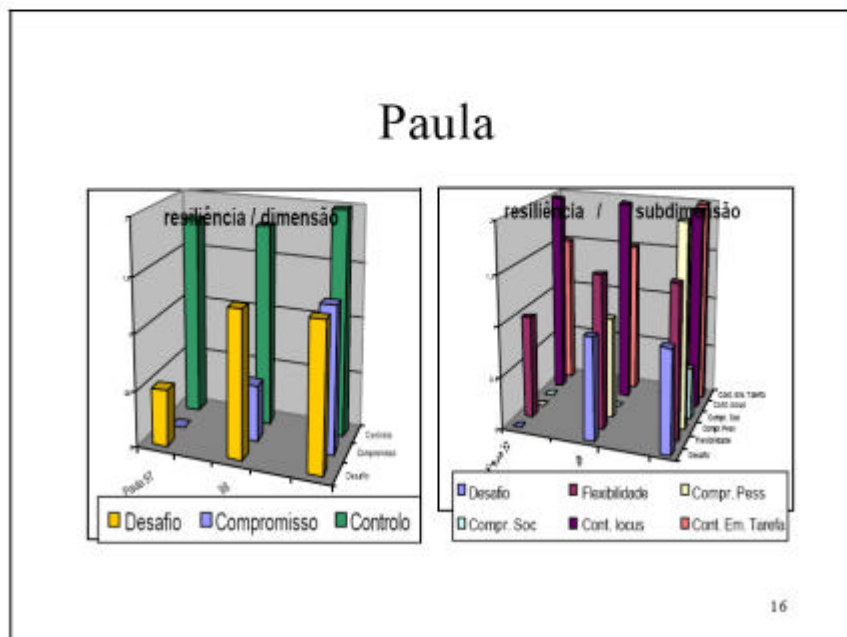
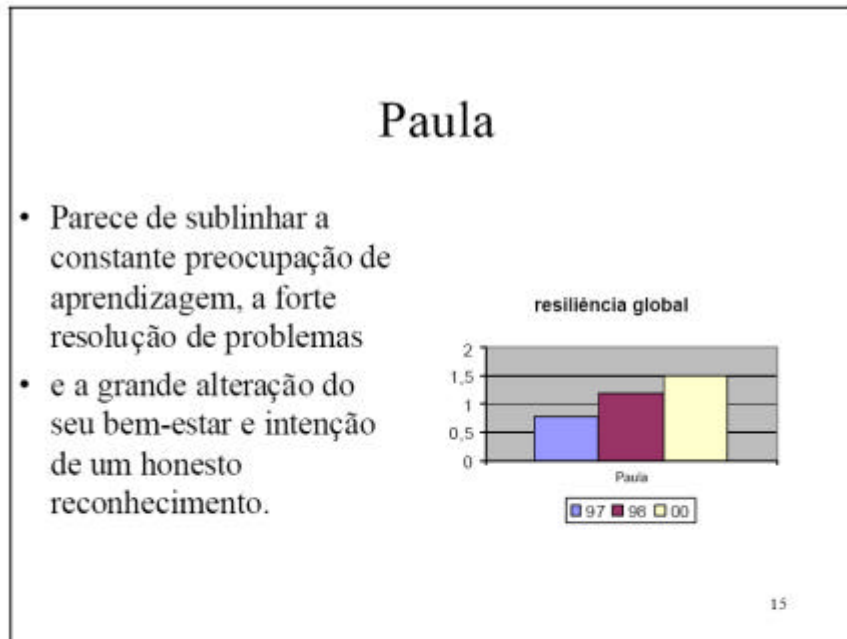
Julgamos que o compromisso social aumentou um pouco, construindo-se na interacção, dada a sua grande flexibilidade, empenho e restante estrutura do compromisso pessoal e social bem como o domínio emocional e de tarefa.

4.7.2 Introdução- Leitura sucinta dos Gráficos da Avaliação em resiliência²⁹⁴

Sumariamente podemos dizer que o seu nível global de resiliência sobe muito, atingindo valores importantes. Pelo gráfico da resiliência por dimensão verificamos a existência da contribuição muito acentuada do Controlo, obtendo, na 3.^a avaliação, o nível máximo. Por outro lado, o Desafio (barra amarela) e o Compromisso, na última avaliação, chegaram aos valores médios, mas o Compromisso parte quase do nível zero (barra azul clara). Vejamos qual a estrutura particular das subdimensões. No Controlo, o *locus* de controlo interno é sempre máximo. No Desafio, a flexibilidade atinge valores acima da média (2.^a barra, grená clara). No Compromisso, a variação é maior. O Compromisso pessoal (barra branca), parte dos valores mínimos e atinge o valor máximo na 3.^a avaliação. Relativamente ao nível de resiliência no compromisso social (4.^a barra), ele é sempre muito baixo, melhorando um pouco na parte final do estudo.

Também com o Gráfico IIa se pode verificar uma evolução positiva das descrições iniciando-se por bastantes indicadores com valores negativos, mas só em 1997. Na parte final existem muitos indicadores com o valor 4, que é o máximo. Por outro lado, podemos observar a persistente escolha de descrições com os mesmos indicadores tendo 8 o mesmo nível em 1998 e 2000 (seta preta).

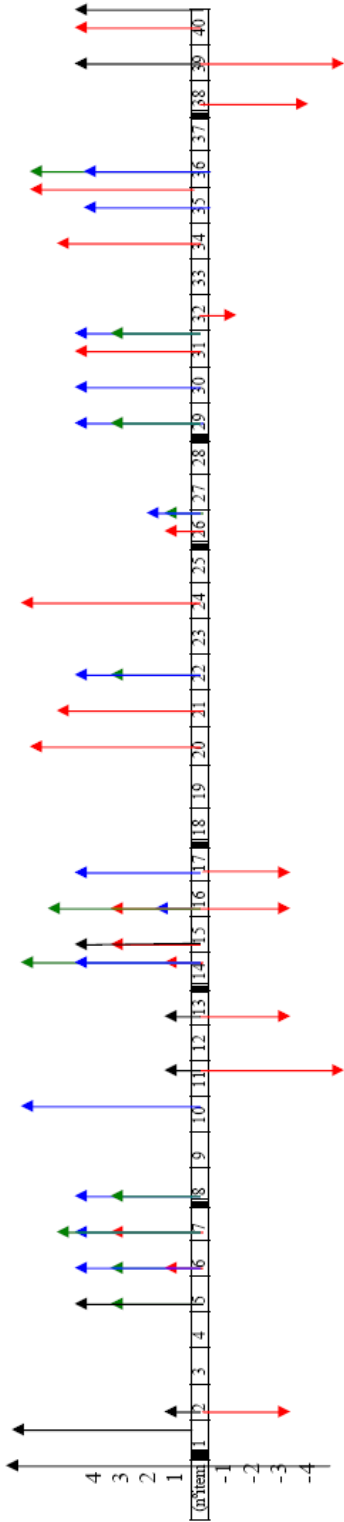
4.7.3 gráficos da Resiliência de PAULA: global, por dimensão e por subdimensão



4.7.4 gráfico IIa - Análise de Conteúdo Prospectivo em RES

Gráfico II a- Análise de Conteúdo Prospectivo em RES's (sem ponderação externa)
Consistência de resposta*.

Paula



legenda: → intensidade do item/subdimensão em RES1997; → igual intensidade do item/subdimensão em RES1998 e 2000; → intensidade do item/subdimensão em RES1998; → intensidade do item/subdimensão em RES2000; * Em resposta aberta, passados 3 anos e perante 40 itens, verifica-se a escolha dos mesmos e, por vezes, com a mesma intensidade.

Intensidade do item: 1 e (-1)- simples afirmação (negação) do item; 2 e (-2)- afirmação (negação) do item considerada importante (negação); 3 e (-3)- afirmação (negação) do item considerada importante (negação); 4 e (-4)- afirmação (negação) do item considerada importante (negação) do item sendo considerada obstáculo (positiva); 5 e (-5)- afirmação (negação) do item sendo considerada obstáculo (positiva); 6 e (-6)- directamente inferida a afirmação (negação) do item.

Itens dos itens: 1-40 (ver correspondência no Quadro Ic, ou em anexo, Quadro IIc).

Desafio		Compromisso		Controlo	
Dimensão					
Subdimensão	Flexibilidade/abertura/mudança	Compromisso Pessoal	Compromisso Social	Controlo, Emocional e de Tarefa (CE CT, ou CET)	Locus
		actividade		CT	CE
		CET			

4.7.5 Realces Gerais

Paula

Julgamos que neste caso os dados revelam uma fase de recuperação do bem-estar de Paula, da saúde da pessoa activa e decidida que mostra ser, sendo descritos 7 realces. Sumariamente, 1) um inicial mau-estar, com contradições, preocupações e dificuldades no compromisso social; 2) existência sempre de independência, de fortes expectativas e de uma alta resolução de problemas; 3 e 4) uma tranquilidade, bem-estar e uma segurança pessoal adquiridas já em 1998. Ausência permanente de descrição de auto-estima; 5) uma preocupação com a aprendizagem, sempre presente, e um maior vigor e mais abrangente flexibilidade em 2000; 6) diminuição nas preocupações sociais descritas; 7) apresentação das fases e designações.

1) Exprime-se logo em 1997, com um mau-estar, sem controlo emocional (inferido pela descrição do choro fácil e do pensar demasiado), num compromisso social com contradições, classificação baixa e exprimindo uma das preocupações que assinalamos, a necessidade de estar com os outros e de ser reconhecida, com honestidade. Esta preocupação em estar com os outros está em contradição com o isolamento que também necessita, exposto no 6.º realce. O mau-estar é expresso pelo número, conteúdo e frequência de utilização dos registos que entende prejudiciais. Podemos considerar 8 dessas expressões, acontecendo 4 delas muitas vezes (RES97/P2, S11,S13 e T3: frontalidade com conflito, tristeza, pensar demais, não gostar de alguns dos seus aspectos físicos; as restantes *idem*/P8,S6,7,P4,5 referem-se ao conflito e ao ser complicada, melancólica e sentir altas fronteiras físicas). Sendo activa, por exemplo diz, de um modo simples, que “chora com facilidade” (*idem*/S14), mas também sentindo-o negativo escreve

entendendo-o prejudicial diz “por vezes sou uma pessoa muito triste” RES97/S13

“choro com facilidade”, RES97/S14

com a máxima intensidade negativa diz “não gosto de alguns aspectos físicos em mim” RES97/T3

*com a máxima intensidade negativa diz “penso demasiado”, *idem*/S11*

*entendendo-o prejudicial diz “por vezes sou melancólica e nostálgica” *idem*/S7*

*entendendo-o prejudicial diz “sou complicada”, *idem*/S6*

2) Mantém sempre uma independência, registada em muitas situações, nomeadamente

“não gosto que me aconselhem quando eu não posso (sic)” (RES97/S3).

com uma intensa actividade facilitadora, registada em cada avaliação no Quadro III, uma responsabilidade pela sua história, descrevendo com a máxima intensidade

“sou uma pessoa que conto comigo mesma” (RES97/S1);

“eu posso tentar desempenhar sempre o meu melhor todos os dias da minha vida” (RES98/P3);

“acredito na vontade que me permite vencer” (RES2000/S2)

e um domínio sobre a tarefa, dizendo com a máxima intensidade, por exemplo (o que acontece nos três momentos de avaliação)

“encontro sempre solução para os meus problemas” (RES97/P3);

“as minhas decisões nunca são tomadas pelos outros mas sempre pela minha consciência”(idem/S2)

Só não obteve a máxima classificação na dimensão do controlo em 1997 pois considerámos alguma dificuldade no controlo emocional (já referido). Posteriormente obteve sempre o valor máximo.

3) Em 1998 realçávamos a tranquilidade e o bem-estar, a falta de segurança social, o equilíbrio de saber oportunamente ser mulher e criança, com uma adquirida segurança pessoal. A tranquilidade e menor vigor pode ser observada na utilização de termos como “tentar sempre (...)”, “tentar todos os dias (...)”, “posso tentar (...)”, “posso ser (...)” (RES98/S1,4,P1,3,4) ²⁹⁵, e o bem-estar e equilíbrio, pode ser analisado em 3 expressões, em que de uma forma simples diz

“(...) sinto-me livre (quando o conduzo)”, RES98/T4;

*“(vivo numa aldeia que adoro,) toda a panorâmica natural
deixa uma paz interior”, idem/T5.*

“(tento todos os dias ser mulher...e criança em determinados momentos.) O equilíbrio é de todo um bom passo no viver de todos os dias”, idem/S4

4) Em 1998, descreve assim o compromisso pessoal, só agora registado (o sublinhado é seu, o negrito é nosso),

*“(...) **sou forte** no âmbito profissional, tento sempre demonstrar o meu ponto de vista”, idem/S1*

*“Tento todos os dias ser mulher como sinónimo de **autoconfiança** (...), idem/S4*

Em 1997 e na nossa classificação, nada é descrito, excepto um mau-estar, mas activo (entendemos bem importante esta última descrição). Em 2000 o compromisso pessoal é mais intenso. Note-se que neste caso em estudo, nunca há registo de auto-estima.

5) Em 2000 surge um maior vigor no atingir objectivos, e a flexibilidade também aumenta (a par com uma baixa segurança social, reflectida no 6.º realce, e a continuada ausência da expressão da auto-estima). Mostra um forte compromisso pessoal e bastante vigor, como, por exemplo, o ser exigente com todos (uma das frases escolhidas para a definição da fase associada à avaliação em 2000), mas com a máxima intensidade também refere

“Tenho sede de conseguir atingir os meus objectivos em conformidade com as adversidades do dia a dia”, RES2000/P3;

“Sinto-me forte quando tenho algum problema para resolver”, RES2000/S1;

“(a solução para os problemas...) mesmo que isso exija um grande sacrifício, nunca deixo que andem à deriva”, idem/P4

Ao analisar a flexibilidade (a ser objecto de exemplo de classificação no último item da apresentação deste estudo de caso), a preocupação com a aprendizagem está sempre presente. De facto, no nosso modelo consideramos vários indicadores na subdimensão da flexibilidade. Em 1997, relativamente à sensibilidade, verificamos existir, por exemplo, “a poesia” e “o mar” (respectivamente RES97/S4 e T4); quanto a ideais, registou de um modo simples a existência de um ideal

“a única pessoa que considero perfeita é o meu pai” (RES97/T5).

Na preocupação com desenvolvimento, Paula refere, por exemplo, que

“(...) quando escrevo consigo compreender-me através das palavras e da reflexão” (idem/S4);

Na sensibilidade em 1998, o nível menos classificado da flexibilidade, também fala “no diário” e “na natureza” (RES98/T1,5, respectivamente), a que junta mais dois aspectos: a tranquila afirmação de, oportunamente, gostar de ser criança (RES98/S4), e, alguma descrição sobre a sua descentralidade (*idem/S1,P1,2*), embora goste de impor o seu ponto de vista (*idem/S1*). A preocupação com o desenvolvimento volta a ser descrita

“(...)o curso que frequento, estimula-me para mais, descobrir várias coisas em vários campos” (idem/T3);
no mundo do saber “(...) gosto sempre de aprender mais” (idem/S2);

Parece pois ser uma descrição bastante mais rica relativamente à 1.ª avaliação em RES.

Em 2000, realça a sua sensibilidade de um modo diverso, mas, no nosso modelo, atinge o mesmo nível, quando se refere ao papel dos livros e seus sentires (RES2000/T4). Como no ano anterior, regista a sua descentralidade (*idem/S5,P5*), e, em relação aos ideais, realça muitos mais acreditares: nas crianças (*idem/S4*), muita fé em Deus, (*idem/T5*) e boa fé nos outros (*idem/S5*). Com a máxima intensidade, na preocupação com o seu desenvolvimento,

colocou em 1.º lugar *“tento visionar e reflectir sobre as várias situações do dia a dia para que possa obter uma maior aprendizagem”* (RES2000/P2) e o ter livros *“onde gosto de procurar respostas (...)”* (idem/T4),

“(...) e o bom passo na aprendizagem quotidiana do equilíbrio de ser mulher e criança” (idem/S4).

Não só na maior intensidade como no conteúdo, há efectivamente diferenças acentuadas no deixar de olhar só para si e uma auto-aprendizagem sempre presente mas também mais rica.

6) É no compromisso social que, para nós, reside a situação bastante difícil. Em 1997 sente-se mal, como vimos, sendo algumas descrições de cariz social e, na actividade com os outros, a sua gregariedade é baixa

“gosto da solidão, mesmo que por vezes esteja acompanhada , tento-me isolar, quando sinto essa necessidade”, RES97/S12

mas, por outro lado, gosta de se relacionar

*com frequência “gosto de me envolver nas actividades da escola, como exemplo a A.E.”. RES97/P6
também com frequência “gosto de falar com os outros e expor o que penso sobre determinado assunto assim como informar” idem/P7*

com assiduidade “gosto de discutir assuntos relativos a problemas actuais desde a política à saúde com amigos” idem/T7

“Gosto de falar de mim de me dar a conhecer“ , idem/S8

com frequência “gosto de dar uma boa impressão que se ajuste à minha personalidade, ou seja de mostrar quem sou, o meu melhor” idem/P1

Prefere no entanto a solidão e sente muita dificuldade em se relacionar, nomeadamente em 4 descrições (2 conflitos e 2 fronteiras altas). Há o que designámos por fronteiras altíssimas, pois, considerando-o negativo na adversidade, diz

“tenho dificuldade em ter pessoas em casa pois considero -a o meu refúgio”, “Não gosto de ir a casa de pessoas, sinto que invado a sua privacidade”, RES97/P4,5.

e, por outro lado, como anteriormente referimos, descreve uma conflituosa frontalidade

entendendo-o prejudicial “sou muito directa e por vezes agressiva para com os outros, por isso tenho conflitos”, RES97/P8,

com a máxima intensidade negativa diz “por vezes tenho conflitos com pessoas de quem gosto e outras” RES97/P2

Em 1998 é bem diferente. Concomitante com a tranquilidade, passou a descrever positivamente o controlo emocional e a segurança profissional (já referidos), sentindo como sendo negativo, o facto de

“eu sou sensível no campo das relações interpessoais(...)” RES98/S1²⁹⁶.

Agora já pensa possível trabalhar com os outros, mas com regras (*idem*/P4). Também já não fala no conflito da sua frontalidade, mas na honestidade e sinceridade, entendendo-o muito importante

“sou honesta, em tudo o que desempenho no quotidiano, e mantenho a sinceridade nas apostas que faço”, RES98/S3.

Em 2000⁴, como realçávamos na introdução, já acredita nos outros até prova em contrário (RES2000/S5), a par com a exigência, neste campo, que exprime com muita intensidade²⁹⁷ e pondo-a em 3.º lugar:

“sou exigente com os outros, assim como para comigo”, RES2000/P1

A orientação intersocial tem um nível baixo, mas é um pouco mais fácil.

⁴ Não vamos deixar de fazer uma nota sobre a análise das 16 descrições de Paula em RES2000 fora da grelha do nosso modelo.

1.º) coloca a prioridade na acção e hierarquiza a frequência com que a realiza (para todos os 16 registos). Não há nenhuma considerada prejudicial;

2.º) no EU TENHO, expõe o seu suporte, social e 2 materiais, colocando estes últimos em 1.º e último lugar, respectivamente, neste campo de descrições

e considerando-o muito importante “ livros, onde gosto muito de procurar respostas e sentir coisas diferentes”, RES2000/T4

“um carro que me permite vaguear por vezes, sem que haja um destino”, idem/T6;

3.º) nas 5 descrições no EU POSSO, hierarquiza a sua frequência (e considera importante todas, a acção geral, menos a última, a descentralização), pondo em 1.º lugar o conhecer e planificar (RES2000/P2), em 2.º o ser exigente consigo (*idem*/P1), depois o atingir objectivos com vigor (*idem*/P3), em 4.º o saber que alcança sempre uma solução (o que sempre registou em todas as avaliações) sem deixar à deriva os problemas (*idem*/P4), e por último “tento sempre confortar os outros quando estes sofrem” (*idem*/P5).

4.º) Nos 5 registos no campo EU SOU, para lá da frequência de utilização, só não considera o último importante, sublinhando a sua força e acreditares: sendo o 1.º e 2.º referentes à sua muita força pessoal (*idem*/S1), e ao “acreditar na vontade que me permite vencer” (*idem*/S2), acreditar nos outros até mostrarem

7) Assim, entendemos que avaliámos uma recuperação. Em 1997, as contradições no campo social são algumas, razão da designação da 1.^a fase avaliada, a tranquilidade é característica de 1998 e a flexibilidade tornou-se mais diversificada.

Recuperação

1997	fase do nevoeiro	<i>“gosto de falar de mim de me dar a conhecer” tenho “(…) poucos amigos em quem confio”</i>	- autocentrada, sem controlo emocional mas activa; frontalidade com conflito, resolução autónoma de problemas
1998	fase da calma	<i>“tento todos os dias (...); “(…) o equilíbrio é de todo um bom passo no viver de todos os dias”</i>	- calma, autocentrada com equilíbrio, com controlo emocional ²⁹⁸ ; sempre empenhada e activa mas mais tranquila e com compromisso pessoal
2000	fase da flexibilidade mais abrangente	<i>“acredito...”; “tenho boa fé nos outros (...); “acredito na ...verdade (...);”tenho muita fé em Deus” “sou exigente com os outros, assim como para comigo”</i>	-calma; com segurança na tarefa e vigor; locus de controlo interno; segurança social baixa e exigente

Em RES o resumo traduz uma flexibilidade que se tornou mais abrangente, a segurança pessoal passou a ser assumida sem exprimir a auto-estima, e a segurança social melhorou mas o seu nível é ainda baixo. Descreve um domínio de tarefa com uma forte força pessoal, sem auto-estima, com frontalidade controlada e sem grande gregariedade.

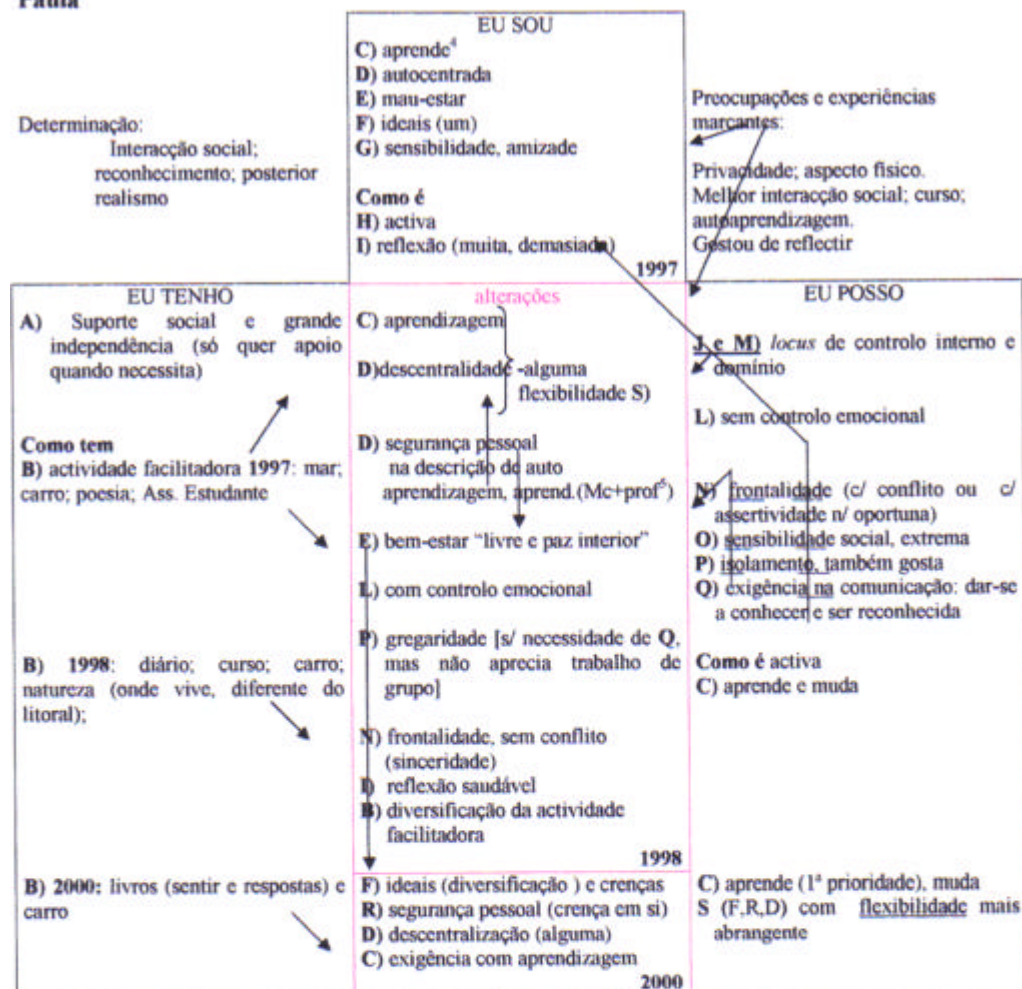
Sintetizados e no 1.º momento da avaliação, vejamos os resultados com três instrumentos de avaliação. Há esta geral concordância entre RES e outros instrumentos. Concretamente em 1997²⁹⁹, a existência de independência e de flexibilidade são assinaladas em todos os instrumentos de avaliação {RES (0.8: 0,50/0,00/1,75), FIPE (2/5/-/1) e PCM (3, média 2,5)³⁰⁰}.

o contrário (*idem*/S5), em 4.º a sua sensibilidade com os afectos entre as pessoas (*idem*/S3), e por último, acreditar na humildade e verdade das crianças (*idem*/S4).

4.7.6 Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas

Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas

Paula



Sem registo de alterações visíveis

B) Mantém a actividade facilitadora, diversificando-a.

C) É exigente e aprende

M J) Sempre dominou a tarefa, bem como a responsabilidade pela sua história e independência.

S) Apresenta sempre alguma flexibilidade. Mostra preocupação pela descentralidade.

O) Houve sempre dificuldade na interacção social.

Ânimo: Mau-estar em 1997 que se alterou em 1998 e 2000. Embora tivesse áreas em que a sua actuação era difícil, manteve sempre actividade, pelo menos noutras áreas.

Legenda

EU TENHO, SOU e POSSO: algumas das facetas, A-S, directamente registadas ou inferidas.

Alterações □ e dinâmicas (→ 's)

PCM é um instrumento de avaliação de D. Hunt; RES e Compquest são instrumentos para avaliação da resiliência, por nós elaborados.

⁴ Em 1997 Paula conta consigo, decide, domina, aprende, RES97/S4, e gosta da sua independência.

⁵ aprend (Mc+prof) refere-se à autoaprendizagem ao saber ser oportunamente Muller e griança (Mc), sendo forte profissionalmente (prof.) (RES1998).

4.7.7 registo de possíveis Processos/Dinâmicas

Paula

Em 1997 existe descontrolo, um grande mau-estar e uma barreira altíssima na interacção social. Sabemos algo de como se sente na situação difícil e posteriormente. Propomos uma dinâmica para o processo de recuperação de um momento vivido com dificuldade (ainda em 1997).

Do modo como esta estrutura humana e a envolvente, identificadas pelas características **A-S**, colidiram com diferentes facetas da situação de choque sofrida, iríamos fazer sobressair as alterações (realçadas dentro da figura rosa no Quadro III). **A)** utilização do suporte social, **B)** actividade facilitadora, no EU TENHO. **C)** exigência, aprendizagem; **D)** autocentrada; **E)** bem-estar; **R)** segurança pessoal; **S)** flexibilidade, **F)** ideais; **G)** sensibilidade; **H)** actividade, no EU SOU. **I)** reflexão; **J)** *locus* de controlo interno; **L)** controlo emocional; **M)** determinação e domínio de tarefa; **N)** frontalidade; **O)** sensibilidade social; **P)** gregariedade; **Q)** comunicação, no EU POSSO. Ver Quadro III- Registo de possíveis Processos/Dinâmicas deste elemento estudado.

1.ª Fase, do nevoeiro

Campo EU TENHO: É uma pessoa com diversificada actividade facilitadora e, quando necessário, procura conselho na experiência

Campo EU SOU: É uma pessoa sensível que parece estar num conflito entre um mau-estar e a vontade de se dar a conhecer

Campo EU POSSO: É uma pessoa com frontalidade conflituosa, mas de extrema sensibilidade na interacção social, com domínio de tarefa e *locus* de controlo interno

Em 1997, pelo cruzamento de diferentes indicadores, nomeadamente, actividade facilitadora diversificada, **B)** no campo EU TENHO, pela exigência/aprendizagem, **C)**, no campo EU SOU e pelo domínio de tarefa e indicador do *locus* de controlo interno, **M)** e **J)**, no campo EU POSSO, infere-se estarmos perante um perfil independente, talvez com uma

autoconstrução conseguida e forte. Por outro lado, agora numa análise individual de indicadores, podia-se escolher várias autodescrições em que cada uma, só por si, espelha essa força pessoal. De um modo simples diz, que quando não lhe pedem

“não gosto que me aconselhem (...)” RES97/S3,

embora peça conselhos entendendo-o importante quando necessário, RES97/T2, **A**). Com a máxima intensidade escreve em três situações:

“sou uma pessoa que conto muito comigo mesma”, RES97/S1;

“as minhas decisões nunca são tomadas pelos outros mas sempre pela minha consciência”, RES97/S2;

“encontro solução para os meus problemas”, idem/P3.

Também está muito autocentrada, **D**), pretendendo dar-se a conhecer, **Q**), sem mentiras³⁰¹, “(...) que se ajuste à minha personalidade(...)”, *idem*/P1, a par de um isolamento que também gosta, **P**). Descreve um ideal, **F**), e é sensível, *e.g.*, à poesia, mostrando flexibilidade, **G**).

É de extrema sensibilidade no campo da interacção social, como já dissemos. É neste campo que julgamos estar a situação difícil *com altas fronteiras*. No EU SOU sente um mau-estar, **E**) e tem uma reflexão demasiada, **I**), estando sem controlo emocional, **L**). Falámos numa força pessoal mas não consideramos que exista uma segurança pessoal em 1997. Numa nossa leitura, há ligação entre estes aspectos e com consequências noutras dimensões: é a fase do nevoeiro.

Em 1998, fase da calma, o puzzle apresenta uma série de alterações esquematizadas no Quadro III, das quais vamos fazer uma leitura que entendemos coerente. A descrição é sequencial mas a realidade pode ser simultânea.

Para nós, porque é activa, **H**) e pede conselho quando necessita, **A**), é exigente e reflecte, **C**)**D**): aprende, **C**), controla-se, **L**), tem várias actividades facilitadoras com que se auto-ajuda nos momentos difíceis, **B**), vai saindo um pouco de si e já encontra espaço para descrever algumas preocupações com os outros, **D**), adquire uma tranquilidade e segurança pessoal aprendendo oportunamente a ser mulher e/ou criança e sentindo-se profissionalmente muito forte, **R**), adquirindo também o bem-estar e paz interior, como refere, **E**). Na interacção social, verifica-se já não pretender tanto o reconhecimento do que é, apesar de continuar a não apreciar demasiado o trabalho com os outros, **P**), o que lhe permite já não se descrever com frontalidade, mas com sinceridade, **N**). Parece verificar-se uma orientação intersocial mais adequada sem se sentir segura nesta relação com os outros.

A reflexão passa a não ser demasiada, **I**), mas a necessária. Diríamos que em 1998 passou a registar a existência do controlo emocional, também necessário, mas, no EU SOU, verifica-se uma flexibilidade mais abrangente e construtiva.

Em relação a 2000 poderemos dizer o seguinte: As alterações verificadas em 1998 continuam com a mesma orientação pessoal e social mais adequada. Assinalávamos **F, R** e **D**): A partir de uma segurança pessoal que passou a descrever **R**) (e fortemente expressa em 1.^a e 2.^a prioridade no que mais frequentemente lhe acontece e entende importante no EU SOU), realçamos um conjunto mais diversificado de acreditares, **F**), e algum incremento na descentralização, **D**), que avaliamos na subdimensão da flexibilidade.

Verifica-se um aumento da flexibilidade (item 1-7 no passado Gáfico IIa) neste período de análise. A verificar na análise sincrónica, é possível inferir um seu fecho no impacto da situação difícil, expressa indirectamente pelo mau-estar em 1997 (verifica-se ainda um descontrolo emocional uma interacção social muito difícil, ausência de auto-estima, apesar da existência de um controlo de tarefa bem como uma responsabilidade pela sua história).

Portanto, perante a dificuldade das diferentes situações quotidianas, a egoresiliência poderia ter fechado a flexibilidade, mas não de um modo suficiente, verificando-se um descontrolo. Posteriormente verifica-se que o nível de resiliência melhorou talvez com a egoresiliência a flexibilizar o egocontrolo de um modo mais adequado, existindo sempre um controlo de tarefa. Neste elemento, continua a não ser fácil a interacção social, a segurança social é baixa e a resiliência está presente ainda sem altos níveis.

A tripla vertente do seu perfil de 1997 reconstrói-se em 1998 e em 2000:

3.^a Fase, da flexibilidade mais abrangente

Campo EU TENHO: Paula continua com diversa actividade facilitadora e independência

Campo EU SOU: É uma pessoa *com segurança pessoal*, com sensibilidade, *flexibilidade mais abrangente*; com processo de auto-reflexão e de aprendizagem; de bem-estar *activo*, *sem auto-estima*

Campo EU POSSO: Pessoa com *segurança social baixa* mas tranquila, continuando com *locus* de controlo interno, com um *domínio sobre a tarefa e ávida vontade no alcance de objectivos*

Consequências da variação: Parece existir uma resiliência sem auto-estima. Sempre com domínio de tarefa, obteve um compromisso pessoal tranquilo mas baixo compromisso social.

Quadro IIIa - Registo em RES e noutros instrumentos de avaliação, por exemplo, Compquest.
Paula

Verifi- cam-se 2 pontos	1) Sociabilidade	2) Flexibilidade
1997 fase do nevoeiro, conflito	PCM97/R6: “(…) sou uma pessoa bastante sociável.”	RES97: B,M/B,B/A,M+ ⁵ Com flexibilidade, mas aut centrada, 1). PCM 97: valor 3; média 2,5 FIPE97, nível: 2- 5- /- 1 (A-B-C-D)
	2.ª função	1.ª função
1998 fase tranquila		
2000 fase flexibilidade+ abrangente (e + exigente)	Compquest 2000: Gosta de auto-reflectir e compreender	RES2000: melhorou um pouco o compromisso social e deixa de estar tão aut centrada Compquest 2000: Gosta de auto-reflectir e compreender RES2000: M,M+/A,B+/A,A É descrito 1 forte e vigoroso compromisso pessoal a par com um aumento nos outros parâmetros
	1.ª função	1.ª função

Legenda: **1.ª função-** igual registo em diferentes tipos de instrumentos de avaliação; **2.ª função-** diferente registo em diferentes tipos de instrumentos de avaliação, em que tentamos indicar a respectiva justificação da resposta em RES.

Analisemos as autodescrições em diferentes tipos de instrumentos de avaliação, utilizando a sociabilidade e a flexibilidade, por exemplo. Vamos reflectir sobre a sociabilidade **1)**, resumida neste Quadro IIIa. Em 1997, nas respostas a PCM diz ser sociável, no entanto descreve grandes “fronteiras físicas” em RES. Isto talvez traduza a grande necessidade de honestamente ser socialmente reconhecida, como refere em RES, mas neste último documento apresenta um compromisso social sempre baixo: ainda não se descreve com

⁵ em RES {Desafio, Flexibilidade}; {Compromisso Pessoal; Comp Social}; {Locus de controlo interno; Controlo Emoc. e de Tarefa }
RES97 B, M B B A M+
RES2000 M, M+ A B+ A A

uma boa aceitação social (item n.º25 no passado Gráfico II). A estes diferentes registos designámos pela 2.^a função. Neste compromisso social, as respostas em RES são mais descritivas manifestando talvez um forte processo em construção, uma estabilidade dessa situação que sublinhamos. Paula faz, no 1.º momento de avaliação, 30 descrições, 19 das quais se distribuem do seguinte modo: 1.º, o conteúdo de 5 versa a “necessidade de se dar a conhecer”; 2.º, o conteúdo de 7 reflecte o baixo compromisso social; 3.º, e 7 traduzem o mau-estar. Entretanto, é de sublinhar que relativamente aos 2 primeiros conjuntos (de 12 descrições), só 2 são consideradas prejudiciais (dentro do grupo referente ao baixo compromisso social e mais especificamente sobre o conflito; nessas mesmas 12, 3 são entendidas como frequentes: 2 sobre a boa impressão social e 1 sobre o conflito). Das 7 descrições do mau-estar, só uma é frequente e prejudicial, “penso demais”. Há 11 expressões saudáveis³⁰². Portanto, na negatividade do mau-estar só uma tem a máxima intensidade; fora deste grupo, nas restantes 23 expressões, mais nenhuma tem esta máxima negatividade, excepto uma descrição associada ao conflito “por vezes tenho conflitos com pessoas de quem gosto e outras” (RES97/P2). Considerando 7/30 expressões negativas, sendo 2 com a máxima intensidade, a reflexão negativa talvez não seja “ruminativa”.

Relativamente à flexibilidade **2)**, numa análise simples, parece existir uma correlação entre os resultados da flexibilidade em PCM e FIPE³⁰³ e o seu nível em RES, 1.^a função. De notar a existência de flexibilidade descrita em RES, traduzida também pela aprendizagem, para além de ideais e sensibilidades, mas estando autocentrada, como vimos em **1)**, talvez não lhe permita o que mais tarde se tornou possível, ou seja, outras reflexões e acções mais descentradas e até mais vigorosas que lhe trazem um aumento, quanto à flexibilidade (em particular) e quanto à dimensão do desafio (em geral). De assinalar que a aprendizagem aparece descrita em RES desde 1997 e, em Compquest, diz gostar de ter feito esta auto-reflexão e que todos deviam passar por ela. Esta correspondência similar em diferentes instrumentos de avaliação foi designada pela 1.^a função.

Em geral a variação é grande e nas 3 dimensões. Em particular: **1.º** em 1997, a melhor descrição e de alto nível no nosso modelo, é no Controlo, embora tenha uma reflexão demasiada; **2.º** O Compromisso é baixo, pois há um mau-estar, e, no compromisso social, Carmina é bastante exigente. O Desafio é baixo, descrevendo só alguma flexibilidade; **3.º**

4.7.8 quadro IV - Correlação entre as 3 Dimensões

Paula

? de descrições fases	Desafio	Compromisso	Controlo
	desafio flexibilidade	pessoal social	locus emocional e tarefa
1997 fase do nevoeiro/ conflito	D) autocentrada F) pai ideal G) sensibilidade C) auto-aprendizagem S) alguma flexibilidade	H e E) mau-estar activo R) insegurança A) suporte social N) frontalidade c/ conflito O) sensibilidade social P) isolamento Q) exigência no dar-se a conhecer e ser reconhecida	J) <i>locus</i> controlo interno B) actividade facilitadora D) reflexão demasiada M) domínio L) s/ controlo emocional
1998 fase da calma	<p>diminui: Q) s/ descrição</p> <p>aumenta: R) segurança pessoal E) bem-estar P) gregariedade s/ necessidade de Q) (mas não aprecia trabalho em conjunto) N) frontalidade s/ conflito</p> <p>* D) alguma descentralidade</p> <p>L) c/ controlo emocional I) reflexão saudável</p>		
2000 fase da flexibilidade mais abrangente	<p>(*) F) diferentes ideais e crenças + abrangentes S) mais abrangente</p> <p>R) maior segurança pessoal C) exigência</p>		

* (*) Só directamente inferido. Ainda não explícito

Legenda: Dados de RES estão limitados pelo quadrado a negrito. Retirámos a separação entre as dimensões pois há alterações de intensidade registadas para as três dimensões (“aumento (...)”; “menor exuberância (...)”; “novos itens(...)”.

A)-S):designações das características apresentadas em 4.7.7 *Registo de Possíveis Processos/Dinâmicas*

em 1998, a variação é grande e nas 3 dimensões: há uma diminuição da exigência no compromisso social, concomitante com aumentos nas diferentes subdimensões do constructo, acabando por obter, nesta fase, o máximo nível no Controlo. O compromisso social melhorou um pouco bem como a dimensão do Desafio. Por outro lado, o compromisso pessoal variou, melhorando bastante; 4.º No 3.º momento de avaliação, só há aumento das suas descrições e nada se alterou no Controlo (já era máximo) e no compromisso social (embora com um nível baixo). Assinala-se variação no compromisso pessoal (bastante alto e sem registo de auto-estima) e aumento da abrangência da flexibilidade, variando a descrição na dimensão do Desafio.

4.7.9 Exemplos de classificação

Relembrando a designação de máximos níveis, MNi's, e a sua correspondência com cada um dos indicadores das diferentes subdimensões neste constructo estudado, descrita e posta em relevo em 3.4.1³⁰⁴, vamos de novo recolher alguns dados sobre a classificação obtida neste estudo de caso descrita em anexo³⁰⁵, passando a constituir exemplo do nível obtido em resiliência. Realçamos que a classificação é fruto só das respostas em RES.

Na escala A, M+, M, B+ e B, e em 1997, Paula obteve B e M, respectivamente nas subdimensões do desafio e flexibilidade; B e B, no compromisso pessoal e social, respectivamente; e A no *locus* de controlo interno e M+ no controlo emocional e de tarefa. Em 1998, Paula obteve a seguinte classificação: M e M+; M e B; e A e M+. Para o ano 2000, Paula foi classificada com M e M+; A e B+; e A e A. Obteve-se posteriormente os respectivos Gráficos da Resiliência de Paula apresentados em 4.3.1.7.1.

Vejamos os exemplos da classificação na dimensão do Desafio onde temos 2 subdimensões (desafio e flexibilidade).

Na subdimensão do desafio, Paula nunca utiliza a palavra desafio, mas foi classificada em 1998 e em 2000. Paula nestas duas avaliações, foi classificada na subdimensão do desafio, com **M** por ter sido directamente inferir o desafio.

“(o curso que frequento estimula-me para mais,) descobrir várias coisas em vários campos”, RES98/T3

“(Os livros onde gosto muito de procurar respostas) e sentir coisas diferentes” RES2000/T4

desafio também associado a“(...) tenho sede de atingir objectivos“, RES2000/P3

e em 1997 obteve **B**, por não existir nenhuma descrição.

No nosso modelo consideramos vários indicadores nesta subdimensão: flexibilidade. Relativamente a 1997, ao 1.º momento de avaliação e à sensibilidade, MN1, verificamos existir “a poesia” e “o mar”, respectivamente tendo sido classificada com B+

com frequência “adoro poesia, quando escrevo, consigo compreender-me através das palavras e da reflexão”, RES97/S4

“o lugar que mais gosto é do mar”, RES97/T4

referido simplesmente³⁰⁶, diz “sou extremamente sensível”, RES97/S10

Quanto a ideais, MN2, registou de um modo simples a existência de um ideal “a única pessoa que considero perfeita é o meu pai” (RES97/T5) tendo obtido a classificação B+. Em MN3, preocupação com desenvolvimento, Paula obteve nível M, refere que frequentemente

“(…) quando escrevo consigo compreender-me através das palavras e da reflexão”, idem/S4.

Relativamente a MN6, descentralidade, encontramos vários aspectos da sua autocentralidade (RES/S5,8,P1,T4)³⁰⁷ e com alguma intensidade pelo que obteve nível B. Assim, a melhor classificação na Subdimensão flexibilidade foi, em 1997, **M**.

Em 1998, em MN1, também fala “no diário”, “na natureza” e no papel do carro³⁰⁸

“Eu tenho um diário, em que nele escrevo o que de especial me acontece”

“Vivo numa aldeia que adoro, toda a panorâmica natural deixa uma paz interior”

“Tenho um carro que significa para mim um companheiro necessário no dia a dia. Sinto-me livre quando conduzo”, RES98/T1,5,

bem como a tranquila afirmação de, oportunamente, gostar de ser criança, *idem/S4* em MN1, obtendo então a máxima classificação que é de B+³⁰⁹.

Em MN3, preocupação com o seu desenvolvimento, obteve **M+**, pois regista “(…)o curso que estimula-me para descobrir várias coisas em diferentes campos”, *idem/T3*, e no mundo do saber “(…) gosta sempre de aprender mais”, *idem/S2* e o bom passo na aprendizagem quotidiana do equilíbrio de ser mulher e criança,

“(Tento todos os dias ser mulher como sinónimo de autoconfiança) e criança em determinados momentos. O equilíbrio é de todo um bom passo no viver de todos os dias.” RES98/S4.

alguma descentralidade, MN6, que passou a ser classificada com B+, pois a descrição ainda não traduz uma actividade realizada

entendendo importante diz “eu posso ser solidária e ajudar os outros” RES98/P1

“a profissão que vou exercer é um veículo importante em transmitir determinados valores e atitudes às crianças” idem/P2,

“Eu sou sensível no campo das relações- interpessoais” idem/S1

Parece pois ser uma descrição bastante mais rica em referência a 1997, e obteve o valor **M+**, o máximo nos diferentes indicadores.

Em 2000, de um modo diverso, mas no nosso modelo atingindo o mesmo nível, realça: MN1 a sensibilidade de uma leitura com classificação de B+.

“Os livros onde gosto muito de procurar respostas e sentir coisas diferentes” RES2000/T4

Em MN2, ideais, realça muitos mais acreditares: nas crianças, *idem/S4*, muita fé em Deus, *idem/T5* e boa fé nos outros, *idem/S5*, tendo obtido o nível **M**³¹⁰.

refere que, com frequência, “acredito na humildade e na verdade constante das crianças” RES2000/S4

com a máxima intensidade (frequência e entendendo-o importante) diz

“Tenho muita fé em Deus”, RES2000/T5

“Tenho boa fé nos outros, até me mostrarem o contrário”, idem/S5

Em MN3, preocupação com o seu desenvolvimento, obtendo o nível **M+**, colocou em 1.º lugar com a máxima intensidade (maior de toda a frequência e entendendo-o importante) diz

“tento visionar e reflectir sobre as várias situações do dia a dia para que possa obter uma maior aprendizagem”, idem/P2

e tem sede de atingir objectivos, com a máxima intensidade,

“Tenho “sede” de conseguir atingir os meus objectivos, em conformidade com as adversidades do dia-a-dia” RES2000/P3

Em MN6 regista a sua descentralidade. Obteve nível **M**

refere que, com frequência, “tento sempre confortar os outros quando estes sofrem”, RES2000/P5

Assim, em 2000, na Subdimensão da flexibilidade obteve **M+** (o máximo valor destes diferentes indicadores desta subdimensão).

CAPÍTULO 5

CAPÍTULO 5

Análise Sincrónica de Dados

Faz-se a apresentação e análise sincrónica dos dados, também com o apoio de 3 Gráficos e 4 Quadros, cujo resultado está sumariado no Quadro Geral de Critérios. Sublinham-se os critérios de cientificidade, registados e exemplificados de um modo sucinto neste último quadro. Admite-se a validade dos resultados com este instrumento e modelo pois há simultânea variação do nível de resiliência com as situações quotidianas significativamente explícitas. A fidelidade é realçada pela existência de padrões de resposta individual.

Apresentam-se as conclusões e, entre outras, aponta-se para uma aplicação do instrumento construído RES, válida, fiel e crítica/discriminante perante o quotidiano adverso.

Expõem-se também apontamentos significativos, como o aprofundamento da validação do conteúdo expresso em RES (relativamente a outros registos), num Quadro Resumo (de anteriores Quadros), bem como o grau de dor na resiliência, num novo Quadro.

5 ANÁLISE SINCRÓNICA DE DADOS

5.1 *Análise Sincrónica de Gráficos e Quadros*

Obtiveram-se medidas da resiliência global, por dimensão e subdimensão de cada um dos 7 casos estudados. Podemos ter a visão global de todas as avaliações em resiliência realizadas e analisar os **Gráficos** da Classificação por Subdimensão e Classificação Global (aqui inseridos) questionando o seu significado sincrónico. A leitura global da Classificação por Subdimensão não é simples, embora com importantes pormenores. À Classificação Global vamos associar as fases, sublinhadas nos pontos 5.º e 7.º em cada estudo de caso (‘Realces’ e ‘Dinâmicas’), resumidas no **Quadro das Fases** que se segue, bem como as situações significativas, descritas pelos próprios, e alguns percursos académicos, ver **Quadro das Áreas das Situações mais Significativas**. Verificamos que os valores de resiliência variam simultaneamente com as situações significativas. Este registo está presente nos **Quadros do Impacto**.

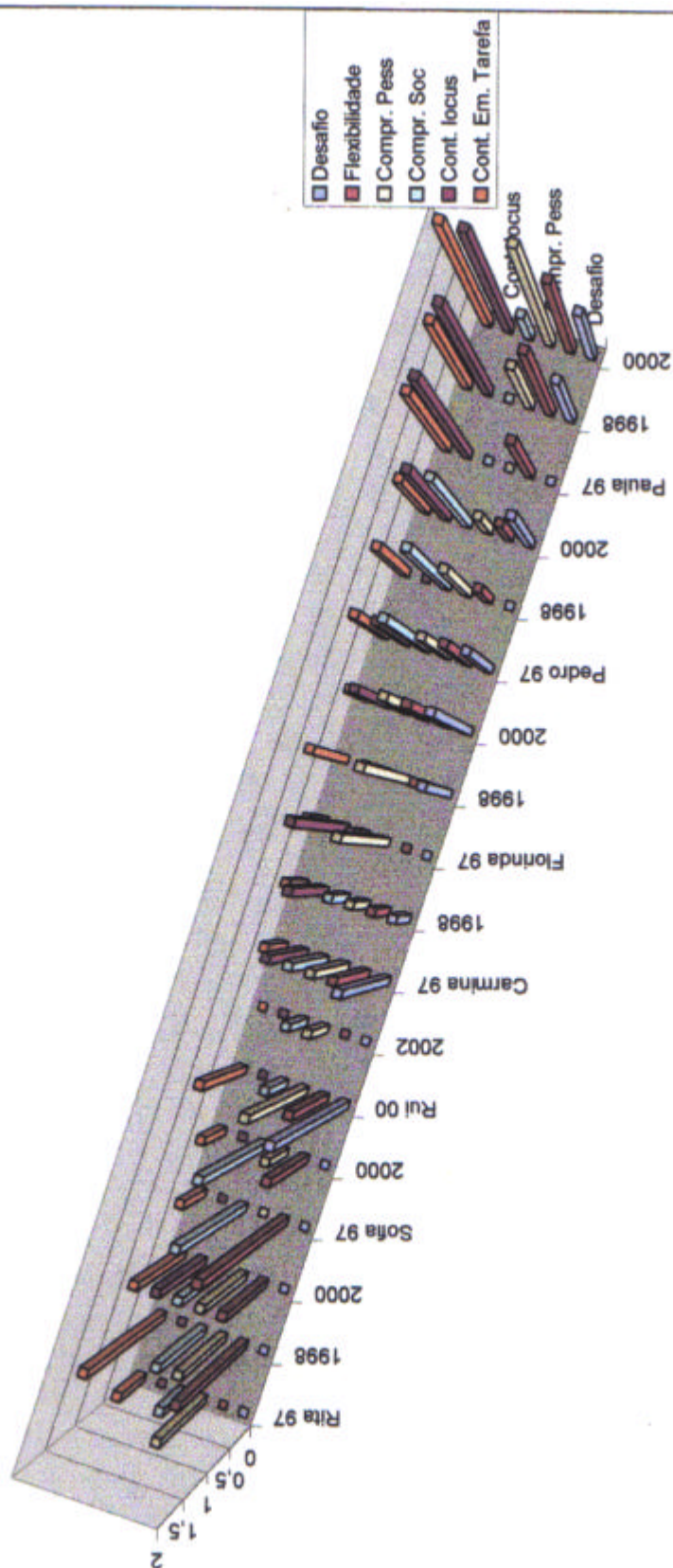
Foi após esta análise que propusemos uma nova leitura para os resultados de Rui e, pedido de confirmação por novos dados, assim como nasceu a ‘tipologia do significado mais profundo/acentuated’ (registado nas legendas dos Quadros do Impacto e no **Quadro Geral dos Critérios**), surgindo também a adversidade e o favorável, como áreas do significado mais intenso (que constam do Quadro Geral de Critérios). No caso do Rui era significativa a existência de 3 adversidades e uma alegria. No tipo de significado externo, tinha sido

atribuída ‘maior profundidade/intensidade’ à adversidade, mas pelos níveis dos indicadores (justificado no estudo de caso) lemos o que Rui nos transmite de outro modo: propomos que para ele, o ‘tipo de significado interno de maior profundidade’ é o favorável (e não a adversidade). O inebriante, de Florinda, propomos estar incluído neste favorável, razão pela qual atribuímos a mesma cor (linha verde), nos Quadros do Impacto.

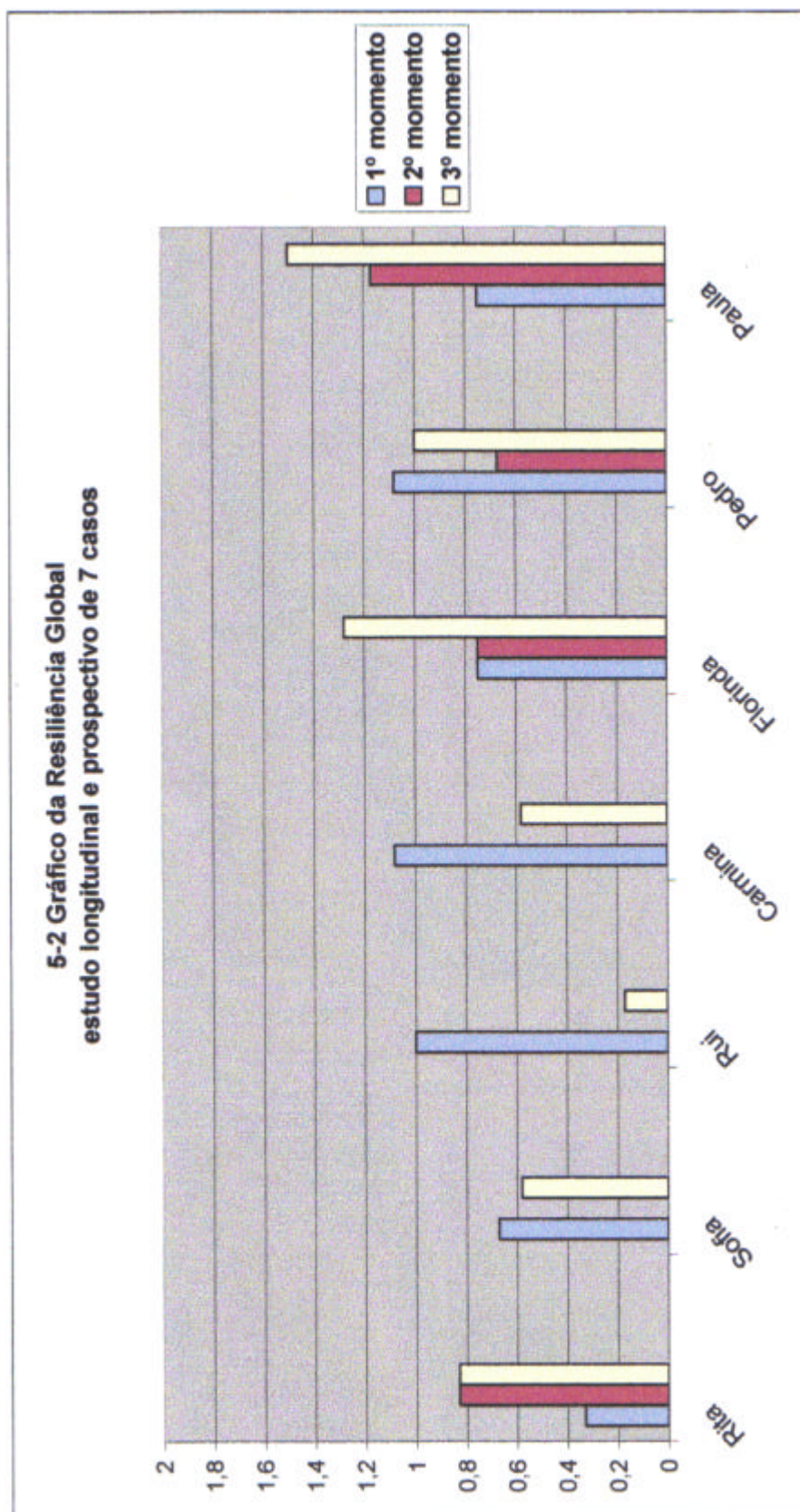
O **Quadro Geral dos Critérios** resume todo o trabalho de investigação, salientando a *fidelidade e validade* do mesmo.

Seguem-se os Gráficos e Quadros pela seguinte ordem: **1.º**- Classificação em resiliência por Subdimensões ; **2.º**- Classificação em resiliência Global; **3.º**- Quadro das Fases; **4.º**- Quadro das Áreas mais Significativas; **5.º**- Quadros do Impacto; **6.º**- Quadro Geral dos Critérios; **7.º**- Gráficos IIa: Padrão de resposta pessoal na classificação em resiliência.

5-1 Gráfico da Resiliência por Subdimensão estudo longitudinal e prospectiva de 7 casos



5-2 Gráfico da Resiliência Global
estudo longitudinal e prospectivo de 7 casos



5-3 QUADRO das FASES no estudo de 7 casos longitudinais e prospectivos

1- Rita

1996/97	fase 0 choque profundo	<i>"(...) era tudo escuro (...) "</i>
1997	1ª fase recuperação	<i>fecho/rigidez pessoal com autoestima e actividade social</i>
1998	2ª fase alguma exuberância	<i>flexibilidade; expressão entusiasta; boa orientação pessoal, social e de tarefa</i>
2000	3ª fase mais tranquila e segura	<i>calma; com segurança na tarefa; locus de controlo interno; "não gosto de fazer sozinha mas tenho de conseguir"</i>

2- Sofia

1997	fase da obediência (PCM/6)	<i>preocupação com a autoaprendizagem, descentrada e forte ruminação (RES)</i>
2000	fase da necessidade de aprovação pelos outros (Compquest/4)	<i>preocupação de autoafirmação (autocentrada), também com autoaprendizagem e reflexão negativa (RES)</i>

3- Rui

Anterior a 2000	fase das decisões	<i>"saiu de casa": grandes alterações geográficas, socio-culturais, e de envolvente lectiva. Constituição de família própria.</i>
2000	fase da alegria	<i>c/ frequência sente presente a autoestima, fé em Deus, desafio e controlo emocional. No entanto sente-se pessimista, tem uma cognição não ruminativa, é activo, não regista domínio de tarefa nem locus de controlo interno.</i>
2002	fase da dificuldade quotidiana	<i>responsabilidade pelo que lhe acontece entendida prejudicial, melhor compromisso social, reflexão pessoal, registo de autoconhecimento com alguma aprendizagem</i>

4- Carmina

1997	fase -1 da preocupação	<i>"(...que me ajuda e apoia) sempre que pode(...)";-registra-se autoestima, flexibilidade, pessimismo, com controlo interno e emocional, sem controlo de tarefa, diversificação do suporte social</i>
1997/8	fase 0 do choque	<i>sentido corte numa ligação afectiva de longa duração</i>
1998	1ª fase da recuperação	<i>fecho pessoal sem registo de autoestima com actividade e dependência social, com controlo interno, sem controlo de tarefa, choque por resolver "do qual ainda não estou totalmente liberta", "tenho um grupo de amigos sem os quais já não me consigo imaginar".</i>

5- Florinda

1997	fase 0 de algum choque	<i>“sou muito solitária”, sem registo de flexibilidade, com forte autoestima e optimismo, locus de controlo interno</i>
1998	fase da recuperação	<i>gosta do desafio; alguma preocupação social;</i>
2000	fase da optimização	<i>com segurança pessoal; segurança social e desafio</i>

6- Pedro

Propomos não um choque mas uma maior sensibilidade, talvez no campo lectivo

1997	fase inicial	<p>“Sou uma pessoa que não consegue viver sem os meus amigos (...)” (RES97/S8)</p> <p>“Gosto de reflectir sozinho, mas quando é necessário gosto de ter uma pessoa ao meu lado” (<i>idem</i>/S1); “Tenho alguém que amo incondicionalmente” (<i>idem</i>/T4)</p> <p>“Tenho um carro e uma bicicleta que me ajudam a espalhar” (<i>idem</i>/T6)</p> <p>“Sou uma pessoa muito optimista(...)” (<i>idem</i>/S4)</p> <p>“Sou empenhado (...em projectos)individuais ou em grupo” (<i>idem</i>/P9)</p>	<p>perfil geral: extrovertido q.b.; optimista; activo; c/ controlo emocional; s/ necessidade de independência; intensa e altamente cotada descrição do compromisso social; c/ flexibilidade mínima, nomeadamente de ajuda aos outros (PCM97/6); s/ preocupação com o seu desenvolvimento; s/ registo de autoestima.</p> <p>neste momento também c/ forte desafio, flexibilidade; c/ responsabilidade pelo que lhe acontece; c/ registo simples de domínio de tarefa.</p>
1998	1ª fase do desgaste	<p>“Sou optimista” (RES98/S2)</p> <p>“Gosto de reflectir sozinho, com os meus pais e com a minha melhor amiga” (<i>idem</i>/S4)</p>	<p>mantém-se o perfil geral e verifica-se que, o registo do desafio desaparece, bem como o locus de controlo interno, o domínio de tarefa e os níveis altos de flexibilidade</p>
2000	2ª fase do desgaste com alguma recuperação	<p>“Sou optimista mas não em exagero” (RES2000/S1);</p> <p>“Sou frontal” (<i>idem</i>/P4)</p>	<p>existe a manutenção do perfil geral e, de novo surge o registo do desafio e locus de controlo, sublinhando este último, reforçando também a frontalidade</p>

7- Paula

1997	recuperação fase do nevoeiro, conflito	autocentrada, sem controlo emocional; frontalidade com conflito; resolução autónoma de problemas
1998	fase da calma	autocentrada com equilíbrio, com controlo emocional ¹ ; sempre empenhada e vigorosa mas com mais tranquilo compromisso pessoal
2000	fase da flexibilidade mais abrangente	com autoexigência e autoaprendizagem em 1ª prioridade ² ; exigente com os outros e acreditando até provas em contrário

¹ Com alguma preocupação na descentralidade, o que também se verifica em 2000.

² Sempre existiu, desde 1997, mas aqui com um realce especial bem como um controlo sobre a atitude e acção.

5-4 Quadro das Áreas de Situações mais Significativas

Áreas de maior significado	Interação social	lectiva	outras	Áreas de maior significado	Interação social	lectiva	outras
Caso estudado				Caso estudado			
Rita	Amizade especial			Florinda	Solitária (c/ 1ª variação de contexto)	Ingresso baixo Bom desempenho no E. Superior	2 grandes variações de contexto (1º algo difícil; 2º insubriante)
Sofia	Aprovação pelos outros	(Boa)	Grande variação de contexto	Pedro		ingresso alto mau desempenho no E. Superior	
Rui		mau desempenho	Desemprego dos dois e nascimento	Paula	Necessidade de reconhecimento e do seu espaço		
Carmina	Amizade especial						

5-5 Quadros do Impacto

Nota Introdutória

Quase todos os registos das respostas a RES exprimem explicitamente um grau da adversidade sentida por cada elemento do estudo de casos. No nosso Modelo, são subjectivas, são as suas, são internas, mas, perspectivamo-nos no construtivismo, são fruto da interação com a envolvente. A estes significados juntámos o desempenho lectivo.

Todas as 3 hipóteses que vamos colocar podem ser mais ou menos saudáveis. O que está em causa, para a designação que vamos propor, é **ser mais ou menos claro**, para o indivíduo e para os outros, não só é cognitivo, mas também é **mais significativo**, sente-o e com maior intensidade¹ (sendo, este último aspecto, o que os nossos indicadores assinalam).

Tipologia das influências de maior significado

A 'maior profundidade' refere-se à área de maior influência sentida pelo indivíduo em estudo.

A **influência externa** é uma leitura de uma situação explícita mais comum que é sentida pelo indivíduo, mas também de toda uma comunidade envolvente. É explícita para si e para os outros. **Clara para todos**. A **influência interna**, exprime a situação sentida ou percebida, mais consciente e especificamente, só por si. É melhor percebida por quem já experienciou essa adversidade. É **clara só para o próprio**. A **influência inconsciente**, simboliza a **inconsciência sentida por si próprio**. É uma situação implícita (menos consciente) principalmente para si próprio, mas que também pode ser inconsciente para uma cultura comunitária.

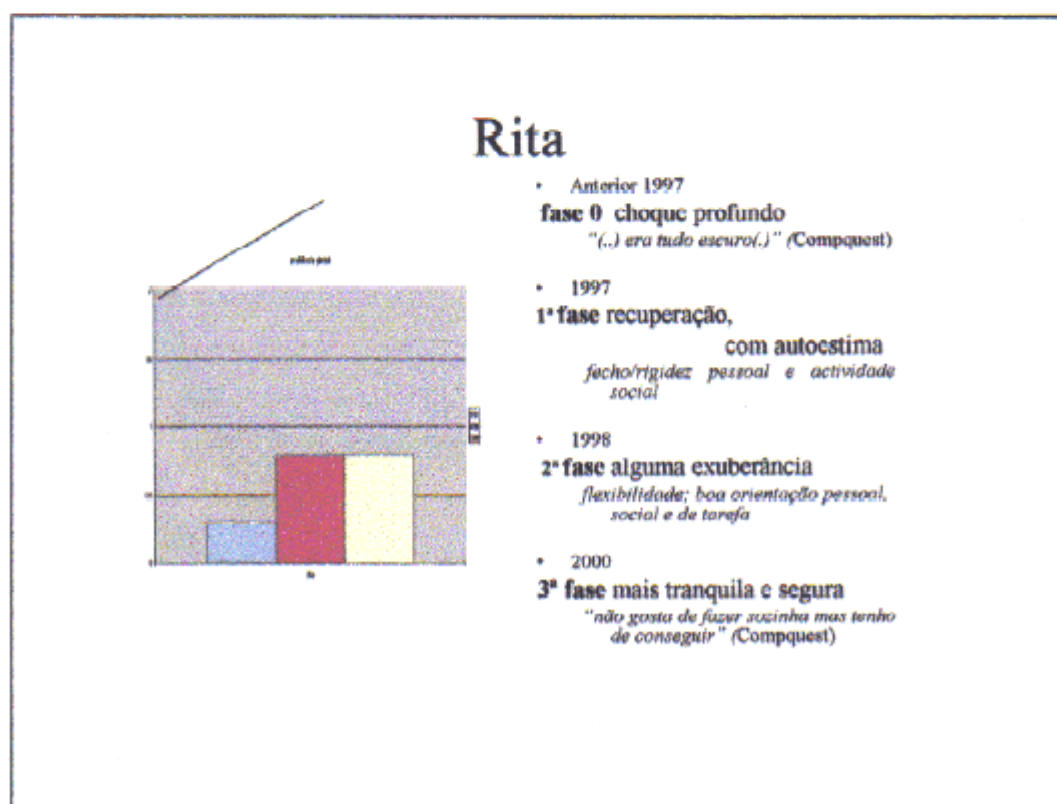
2ª Nota

Nestes Quadros do Impacto, acima dos gráficos da avaliação global em resiliência, colocámos um registo manual (ver próxima legenda) da evolução das influências de maior significado/da adversidade autorefectada (em 5-6 Quadro Geral de Critérios, também lhes fazemos referência).

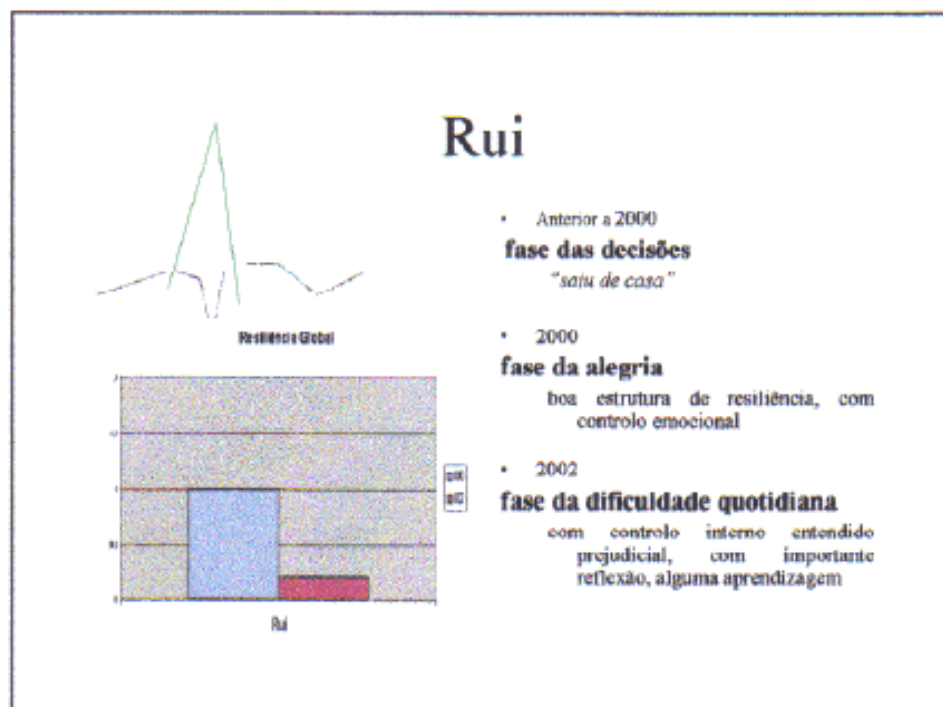
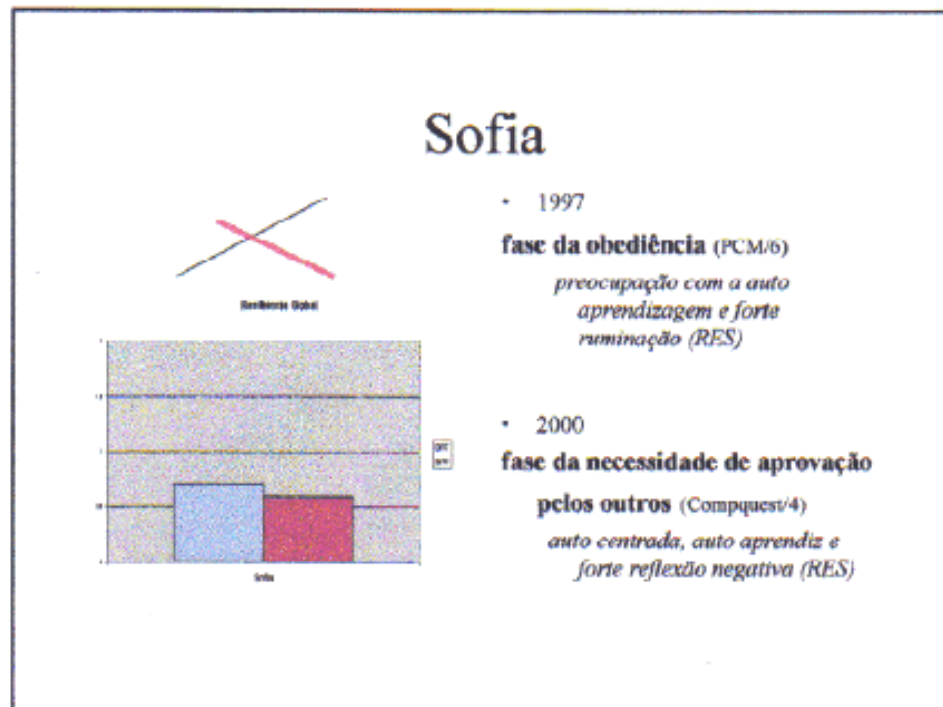
¹ Autodescrição de um perfil atingido ou estável. Isto pode estar ou não em acordo com outros registos mais descritivos, o que designámos por 1ª ou 2ª função, Quadros IIIa, seu resumo Quadro 5-1.1 e 5-6 Quadro Geral de Critérios.

5-5 Quadros do Impacto

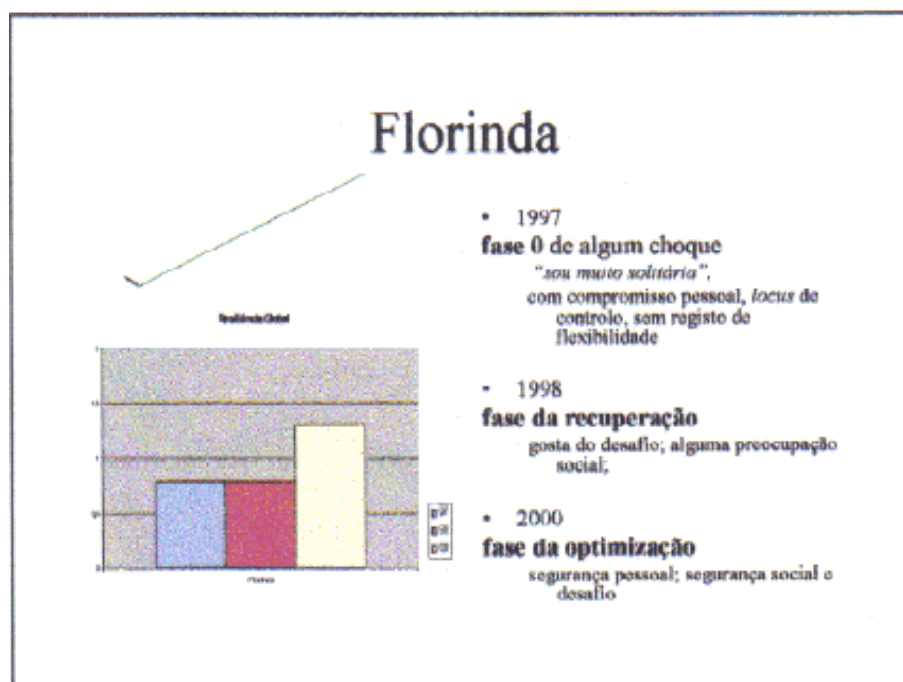
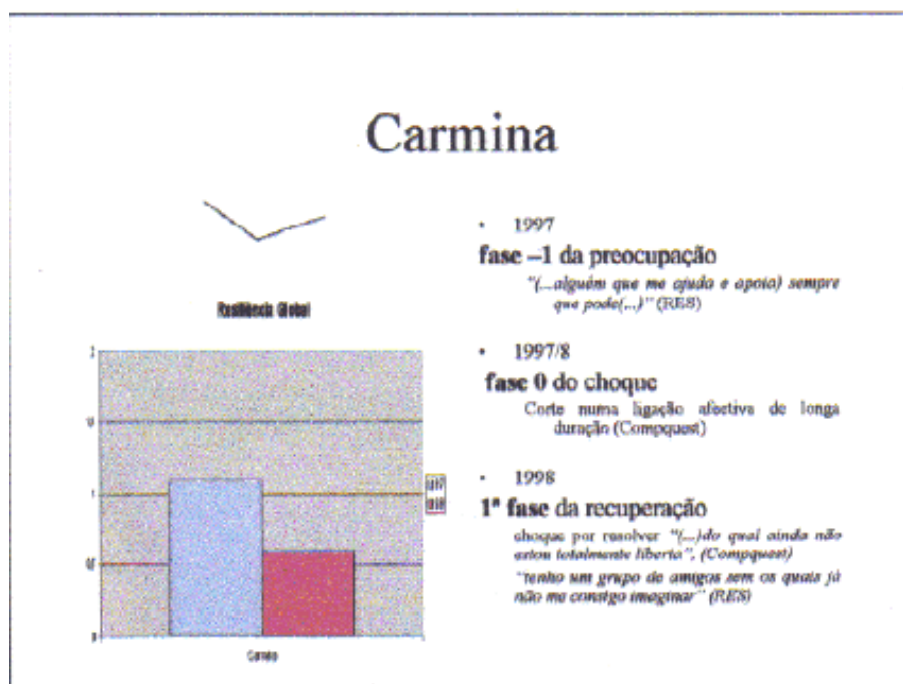
Legendas	<p>Adversidade acentuadamente externa Hipótese da adversidade de maior profundidade externa</p> <p>Adversidade acentuadamente interna Hipótese do favorável: inconsciente, para Rui (e para nós numa 1ª análise; Ele sente-o pondo de lado as adversidades: é-lhe intuitivo); está a tornar-se interna para Florinda</p>
Grau de inclinação da recta	<p>O registo da adversidade é manual. Foi apostado ao gráfico de barras da avaliação em RES. A adversidade é a sentida e registada pelo próprio, em RES ou Compquest, ou ainda a variação do desempenho académico existente.</p> <p>/ -Traduz um aumento da facilidade ou, uma diminuição da adversidade</p> <p>\ -Traduz uma diminuição da facilidade ou, um aumento da adversidade</p> <p>V -Portanto o ângulo do V (nesta posição) corresponde a um choque e uma recuperação</p>



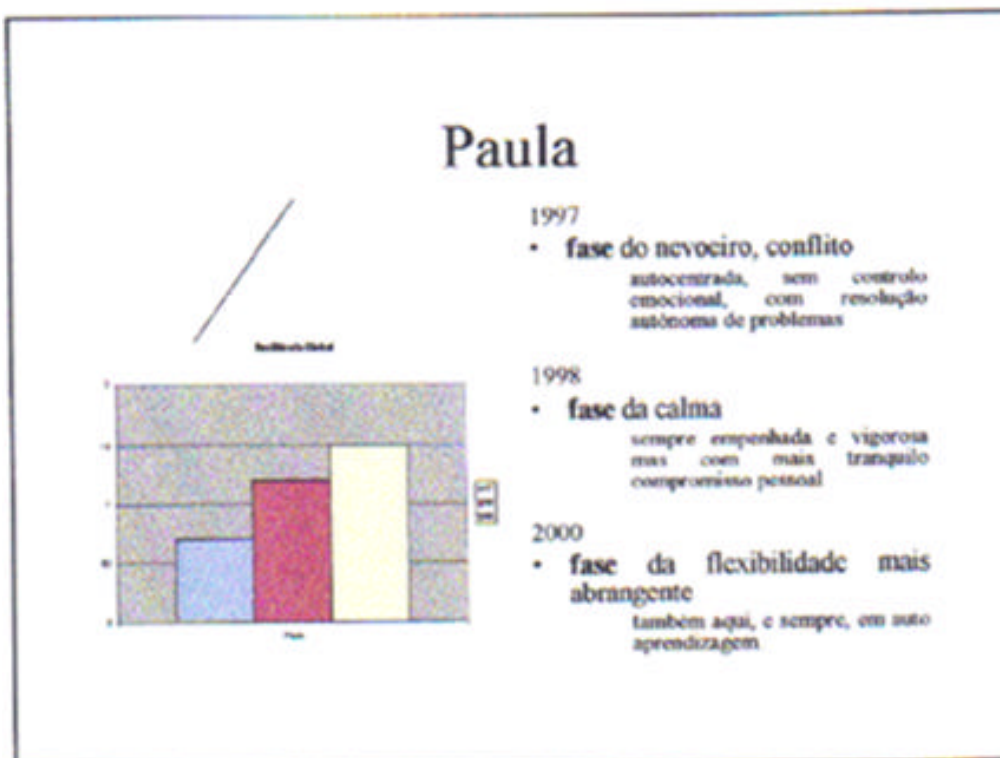
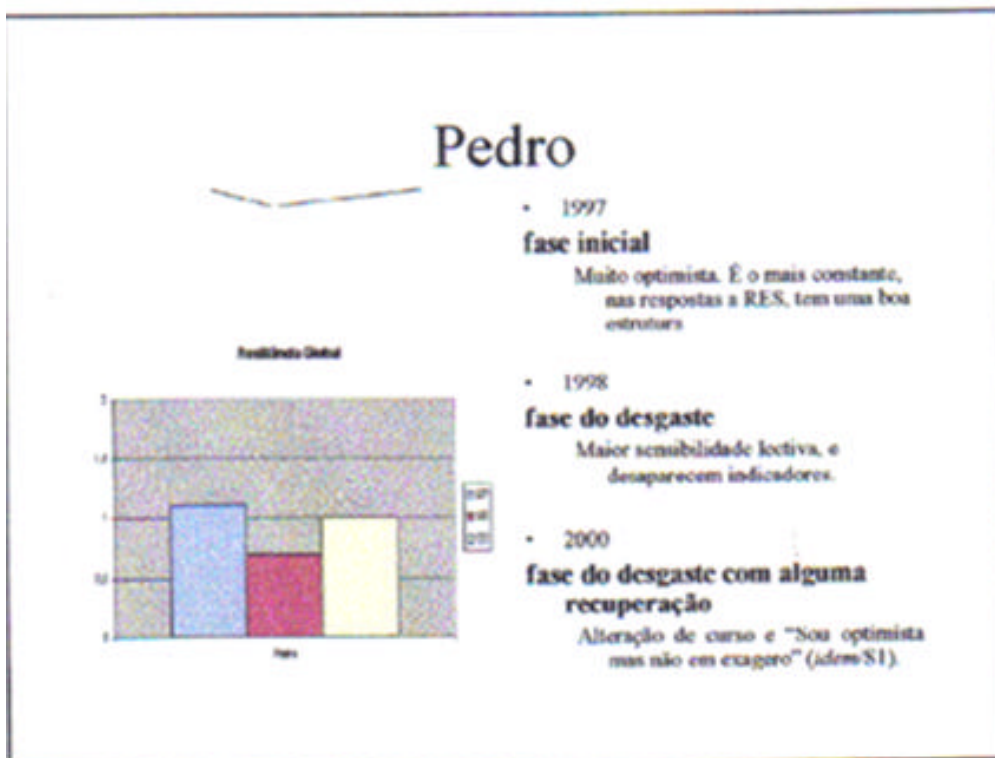
5-5 Quadros do Impacto (cont.)



5-5 Quadros do Impacto (cont.)



5-5 Quadros do Impacto (cont.)



Legenda do 5-6 Quadro GERAL DE CRITÉRIOS

¹ Entendemos importante o estudo feito, tanto inicialmente como após a análise de conteúdo

² Permitiu a definição operatória. Partiu-se das 3 dimensões/Kobasa. Na análise de conteúdo, sobre a aplicação a 125 elementos, encontraram-se as 6 subdimensões e construiu-se a operacionalização, Quadros Ia, Ib, Ic

³ Na comparação com outros instrumentos, a análise de conteúdo em RES aponta, *e.g.*, para um registo não tanto do processo mas mais do significativamente atingido (parece ser uma descrição com esta exigência).

⁴ Dados sugerem que o adverso interno tem maior peso que o externo. Esta dificuldade interna tem para nós cariz construtivista. É nosso entender fruto do crescimento e necessária para encarar o adverso '+ externo'.

5-6 Quadro GERAL DE CRITÉRIOS

Conceptualização e medida em resiliência (compreende 3 fases: 1.ª teórica e 2 empíricas)

Aplicação 18 vezes do instrumento RES numa investigação longitudinal e prospectiva em estudo de 7 casos, com aplicação complementar de Compquest

construção e aplicação: RES MODELO Critérios de Cientificidade	Aprofundamento teórico Análise de conteúdo Análise diacrónica e sincrónica					
fidelidade	Gráficos IIa	é verificado nestes casos o mesmo padrão de resposta para cada caso. No caso do Rui é feita uma proposta e são pedidos mais dados ¹ .		Explicitação de regras, exemplificação da classificação e descrição dos casos (Gráficos e Quadros) 1.ª fase teórica; 2.ª fase: aplicação do instrumento RES numa população de 125 jovens adultos operacionalização da definição de resiliência e da sua classificação, Quadros Ia, Ib, Ic . 3.ª fase: aplicação 18 vezes do instrumento RES no estudo de 7 casos. Verificada a <i>consistência</i> , padrões de resposta pessoal, Gráficos IIa .		
validade	Construção do instrumento RES (com exemplo, 1.ª fase)	Itens com base no constructo Itens com base na teoria, no nosso Modelo ²		Validação de parte do conteúdo de RES com outros instrumentos de avaliação (Compquest., FIPE, PCM) - Quadro 5-1.2 - pª além dos Quadros do Impacto Quadro 5-1.1: Resumo dos Quadros IIIa: 1.ª e 2.ª função (aprofundamento da validade) 1.ª função- validação directa de conteúdos, ou seja, igual significado entre os diferentes tipos de registo 2.ª função- aponta-se para uma maior segurança e/ou estabilidade do conteúdo registado em RES ³ , rela-tivamente a outros tipos de instrumentos de avaliação (mais descritivos)		
	Correlação/ <i>coerência</i> entre nível de resiliência com situações sentidas como difíceis: Quadros do Impacto	é verificada nestes casos Rui, já foi assinalado; a resiliência em Sofia ⁴ diminui mas, teoricamente, é importante para o seu desenvolvimento e futuros níveis de resiliência	Impacto significativo adversidade favorável	Tipo de influência mais signifivativa Quadros do Impacto Áreas do significado mais intenso	na adversidade: externa, interna e inconsciente; no favorável: externa, interna e inconsciente adversidade 2 de amizade especial, 3 académicas, 4 de interacção social geral (casos com mais de 1 área) favorável 3 de variação de contexto e de competência social e pessoal: (académica, interacção social- já contabilizado), 1 nascimento de um filho	
	Dimensões: Correlação entre as 3 dimensões Quadros IV	é verificada nestes casos É um constructo (associado às 3 dimensões) Foi feita uma 1.ª aproximação. Estes Quadros tornam mais evidente o que a leitura de possíveis dinâmicas exprime		Dimensões, Subdimensões e Indicadores: Na análise da aplicação da operacionalização da resiliência, Quadros Ia,Ib,Ic , na 3.ª fase, estes indicadores mostraram-se significativos e críticos . Foi possível uma leitura de mecanismos, <i>coerente e consistente</i> Quadros IIIa , também com visibilidade nos Quadros IV		
Critérios sociais Para lá dos já assinalados	Utilidade /RES / Modelo		Economia: <i>burden</i> , eficiente (e eficaz). Rápida aplicação (obtendo -se importantes resultados) Eficácia: permite a leitura do nível de resiliência (global, por dimensões e subdimensões) em determinado momento Dinamismo: possibilita uma visão de processos (nomeadamente Quadros do Impacto e Quadros IV)			

5-7 Gráfico's II a, Padrões de resposta pessoal: consistência e coerência ©

Análise de Conteúdo Prospectivo, não pesada

Nomenclatura da intensidade dos itens (nos eixos, os valores +- 5 e +-6 não se encontram representados, para melhor visibilidade e comparação de dados)

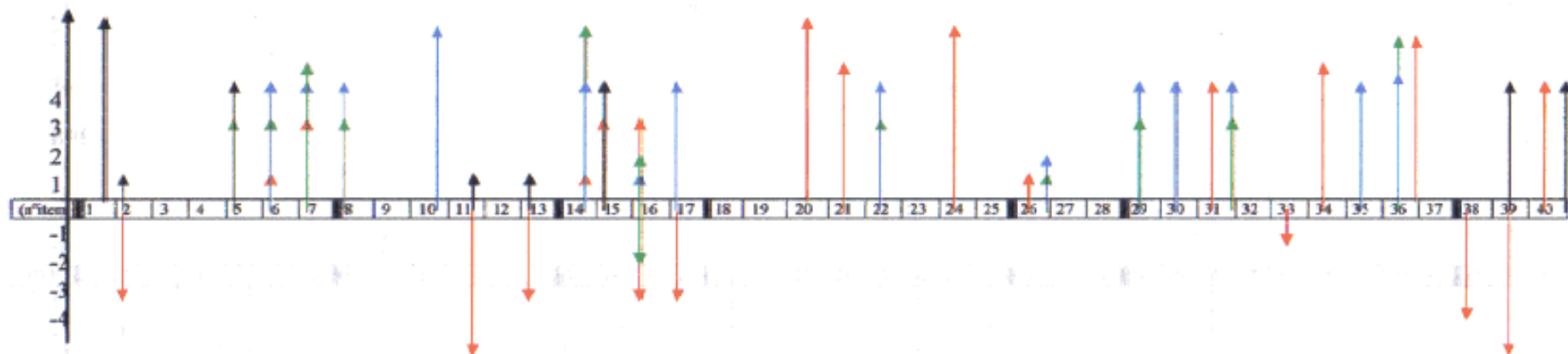
Intensidade do item:

1 e (-1)- simples afirmação (negação) do item; 2 e (-2)- afirmação (negação) do item considerada importante (negativa); **3** e **(-3)**- activação do item (da negação do item) afirmado; 4 e (-4)- activação do item(da negação do item) sendo considerada importante (negativa); 5 e (-5)- afirmação (negação) do item sendo considerada obstáculo (positiva); 6 e (-6)- directamente inferida a afirmação (negação) do item.

n.º dos itens: 1-40 (ver correspondência no Quadro Ic, ou no volume de Anexos, Quadro IIId).

5-7 Gráfico's II a, Análise de Conteúdo Prospectivo, não pesada
Padrões de resposta pessoal: consistência e coerência

Paula

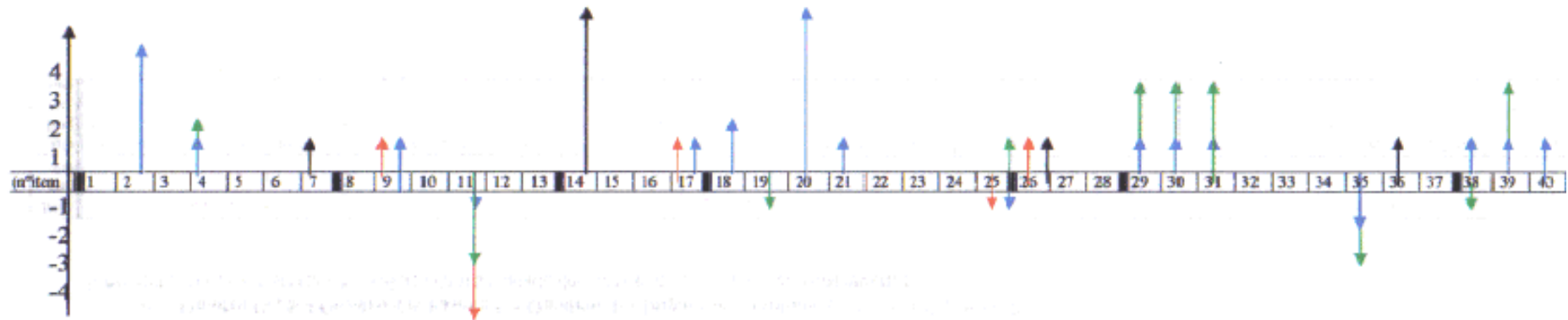
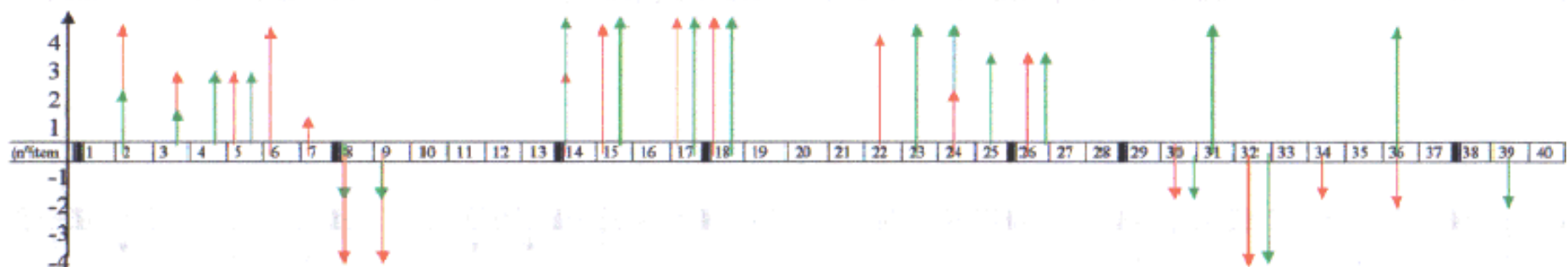
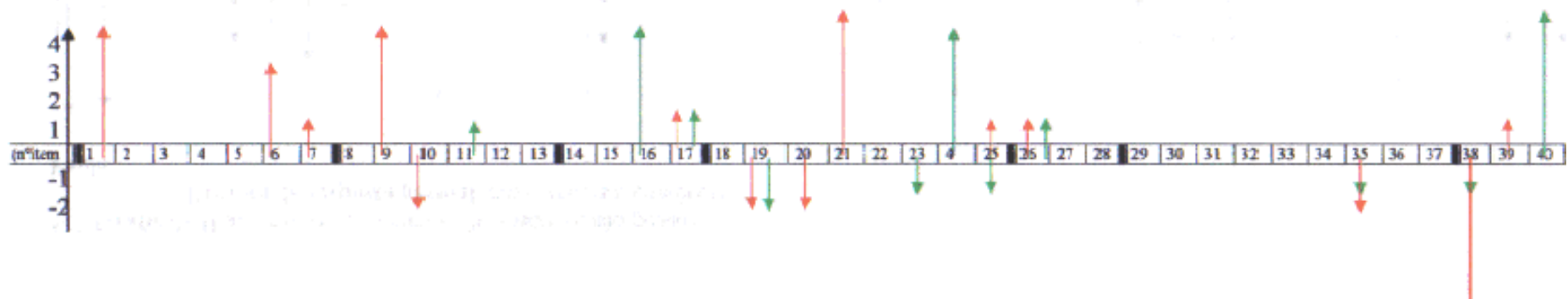


legenda: → intensidade do item na 1ª avaliação; → igual intensidade do item na 2ª e 3ª avaliação; → intensidade do item na 2ª avaliação; → intensidade do item na 3ª avaliação;

© Após análise sincrónica, os resultados parecem indicar que, para além da consistência consigo própria, também existe uma coerência com a situação quotidiana significativa. (ver Quadro IV, 5-4 Quadro das Fases e 5-5 Quadros dos Impactos; no volume de Anexos, Quadro II d).

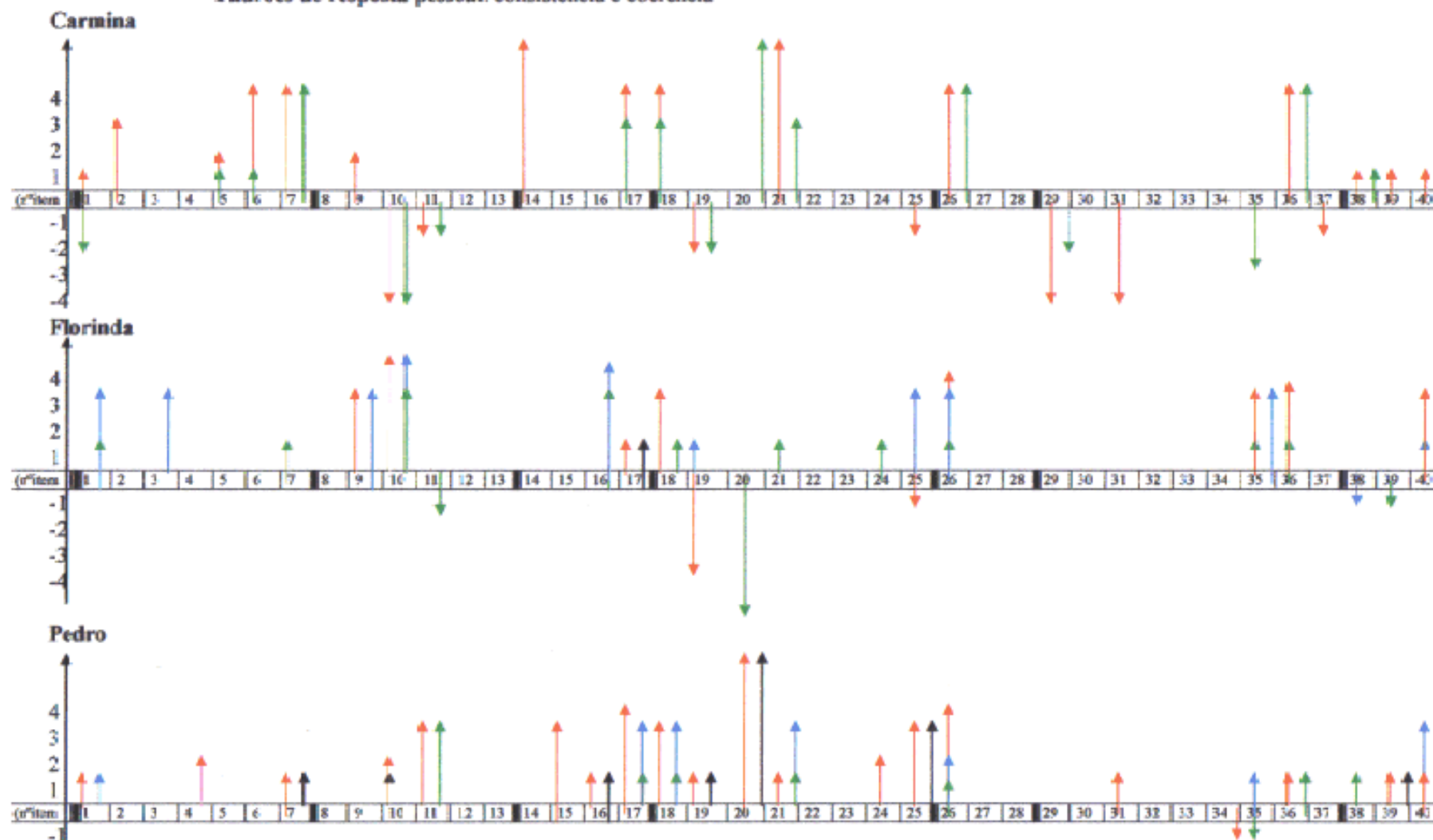
Sobre indicações da descrição dos valores da intensidade dos itens e seu conteúdo, ver folha anterior.

Dimensão	Desafio		Compromisso		Controlo	
	De	Flexibilidade/abertura/indagação	Compromisso Pessoal	e actividade CET	Compromisso Social	Controlo Emocional e (Controlo) de Tarefa (CET ; ou CE e CT) CT CE
Subdimensão	De	Flexibilidade/abertura/indagação	Compromisso Pessoal	e actividade CET	Compromisso Social	Controlo Emocional e (Controlo) de Tarefa (CET ; ou CE e CT) CT CE

Padrões de resposta pessoal: consistência e coerência**Rita****Sofia****Rui**

5-7 (cont.) Gráfico's II a, Análise de Conteúdo Prospectivo, não pesada

Padrões de resposta pessoal: consistência e coerência



5.2 Critérios de Cientificidade

Segundo Kirk e Miller (1986; Lessard-Hérbert *et al.*, 1990 ; Patton, 1990 ; Pais Ribeiro, 1999) a cientificidade de um trabalho de investigação pode ser expressa sumariamente através da *validade* e *fidelidade*: a 1.^a questiona e certifica-se sobre o conteúdo da avaliação, e a 2.^a debruça-se sobre o processo para a sua obtenção. A validade teórica pode ser verificada na relação dos objectivos com a recolha de dados realizada. A fidelidade realça-se por uma análise de dados ao longo do tempo, com teste e reteste, ou por uma reflexão diacrónica e sincrónica, com ou sem triangulação. No nosso caso, fazem parte do nosso modelo a teorização sobre resiliência e sobre *hardiness*, disposição de personalidade que “parece ser responsável por valores na ordem dos 0,3% da relação entre doença e grau de *stress*” (Kobasa, 1979).

O estudo prospectivo tem a vantagem de fazer a recolha de dados sistemática e, portanto no nosso caso é registado não só o que se lembra sobre a situação difícil, mas também o significado pessoal vivido em cada momento de avaliação.

Kobasa faz um estudo prospectivo de 3 + 2 anos, em que questionou o que se passou nos 2 anos anteriores à recolha de dados. No instrumento RES, as duas populações avaliadas registaram o autoquestionamento sobre o modo de estar perante a situação adversa, sem precisar o tempo nem o tipo de dificuldade sentida. Como está registado em 6-4.º: Quadro das Áreas de maior Significado, no nosso estudo foram assinaladas várias situações adversas e verificada a concomitante redução dos valores nos indicadores. A adversidade será pontual mas também quotidiana. O nosso instrumento RES parece dar conta disto. Os **Quadros do Impacto** registam-no, constituindo a visualização da validade do constructo pesquisado. Este facto concomitantemente realça a perspectiva teórica de que partimos.

Foi também importante não restringir o tipo de adversidade. O nosso objectivo era a situação, em geral, sentida como difícil. Para estes resultados, e para além do estudo ser longitudinal e prospectivo, foi importante a comparação com outros instrumentos de avaliação, cuja análise sincrónica mais pormenorizada se encontra na próxima subsecção.

Continuando com os critérios de *validade e fidelidade*, sobre a segunda podemos ver o padrão de resposta de cada elemento. Independentemente da duração do intervalo do teste/reteste, com excepção do Rui em que existe uma maior variação, todos os outros elementos revelam o seu padrão de resposta (diferente de pessoa para pessoa), autoconsistente, o que pode ser observado em 6-7.º: Quadro resumo dos **Gráficos Ila Padrões de Resposta Pessoal** (de análise de conteúdo em RES), anteriormente apresentado³¹¹.

Note-se que cada um destes Gráficos Ila é resultado da análise directa de conteúdo das respostas a RES (sem pesos). Esta análise de conteúdo foi realizada por mais do que um avaliador após a aferição de critérios para o conteúdo dos 40 itens, assinalados, no Gráfico Ila, pela sua numeração e cuja descrição consta do Quadro IId, em anexo. A distribuição dos 40 itens pelas 3 dimensões encontra-se nestes dois instrumentos de avaliação (este último também contém a divisão dos itens pelas 6 subdimensões).

Ao ser aplicado o instrumento RES, ao mesmo jovem adulto no princípio e no fim do ano, regista-se uma variação consistente e coerente com a própria pessoa e desta com a interacção com a envolvente. O próprio assinala a sua semelhança (ao ser questionado, Compquest) e é de fácil verificação em cada estudo de caso. A consistência³¹² confirma assim a unidade da pessoa, que é repetidamente sublinhada pelos sujeitos em Compquest. Por outro lado, quando há uma maior variação de conteúdo, ela é coerente com algo que significativamente sucedeu entretanto.

É um instrumento de **grande sensibilidade**, um instrumento crítico, discriminante para o autor do preenchimento³¹³ num registo pessoal, mas também diferenciador quanto ao nível de resiliência quotidiana, nomeadamente na situação difícil descrita **em RES**.

É importante a aplicação de RES ser associada a outro tipo de avaliação, *e.g.*, um questionário orientado ou uma entrevista, em que é pedida uma resposta concreta sobre alguma subdimensão e uma reflexão sobre factos significativos passados no intervalo das aplicações, (Davidson, 1996). Nós fizemo-lo, *e.g.*, através da comparação de questionários registada em Compquest. Foi também importante a sua associação aos instrumentos de avaliação PCM e FIPE, para uma validação de conteúdos no preenchimento de RES, tendo também contribuído para uma leitura mais rica no estudo de casos. Alguma desta validação de conteúdo está também resumida nos Quadros IIIa³¹⁴ e no Quadro Geral de Critérios (analisada sincronicamente na próxima subsecção). Perante outros instrumentos de avaliação, quando é pedido, numa questão aberta, para se autodescreverem quando ao Eu Tenho, Sou e Posso, em RES, o estudo parece apontar para uma validação directa de conteúdo através de uma correspondência de igual significado que designámos por 1.^a função, e uma 2.^a função, em que os resultados indicam, por exemplo, uma exigência e segurança na autodescrição sucinta, perante talvez uma maior estabilidade desse conteúdo significativo registado em RES, relativamente ao discurso noutros instrumentos de avaliação.

Decorrente do que designámos por coerência e consistência, é permitida alguma análise da correlação entre as dimensões do constructo, Quadros IV, e uma possível leitura de dinâmicas, realizada pelo investigador e/ou pelo próprio, Quadros III.

Relativamente a critérios sociais, gostaríamos de dizer o seguinte. Na introdução dos trabalhos da 2.^a e 3.^a fase da investigação e nos instrumentos de avaliação, os sujeitos avaliados foram informados dos nossos objectivos e teve-se todo o cuidado com a protecção do seu anonimato. Também podemos associar a utilidade do instrumento RES e do modelo que o informa. Como está exposto no Quadro Geral de Critérios, este instrumento é eficaz pois, em determinado momento, permite a leitura do nível de resiliência em diferentes perspectivas (global, por subdimensões ou dimensões); é eficiente pois é de rápida e prática aplicação (1/2 hora-3/4 hora) obtendo-se importantes resultados, associados à história pessoal e às interacções quotidianas com a envolvente, o que constitui

a próxima descrição do seu interesse científico; o intervalo de 8 meses parece que já permite perspectivar dinamismos pessoais, nomeadamente o estudo de impactos, como os Quadros IV e de Impacto assinalam. Em resumo, possibilita a realização com economia de tempo, eficácia e uma visão dinâmica. A análise de conteúdo é trabalhosa, mas pode-se tornar eficiente.

5.3 Comparação de Dados: RES e Outros

Para além do registo dos impactos quotidianos que **RES** regista, parece que também podemos inferir mais alguns aspectos quando fazemos a análise de conteúdo com a nossa grelha/operacionalização utilizando RES e outros instrumentos de avaliação de recolha de dados. *Normalmente temos a situação A, C e D. Menos frequente temos a situação E e F.*

Quadro5-1.1: Resumo dos Quadros IIIa: 1.^a e 2.^a função

	A objectivos já atingidos	objectivos	B ainda não atingidos ou menos estáveis
Nos diferentes registos normalmente acontece	concordância entre RES e outros instrumentos de avaliação 1. ^a função Directamente explícito em todos os instrumentos de avaliação		C Ausência de descrição em RES -Honestidade e defesa
			D Descrição do processo para atingir os objectivos noutros instrumentos de avaliação 2. ^a função descrição implícita em RES, e descrição explícita noutros instrumentos de avaliação
Mais raramente acontece		E Descrito o negativo em RES - menor defesa talvez associada a uma variação positiva no processo também descrito em RES, quando está a ser vivido muito intensamente.	F* Concordância entre RES e outros instrumentos de avaliação com a descrição do negativo, associado a uma variação negativa do nível de resiliência, o que também é verificado no processo. Corresponde à 1. ^a função quando está igualmente explícito no registo de todos os instrumentos de avaliação

Nota: *a situação F não é saudável, e nos casos estudados é rara: só existe em Pedro, associado ao desgaste que sente (mas também tem uma ligeira recuperação); e o Rui, quando em 2002 o nível de resiliência é baixo e diz ser responsável pelo que lhe acontece e entende-o prejudicial.

Diríamos que normalmente acontece a situação A, C e D, através das quais pudemos registar os impactos da adversidade quotidiana, e quando saudável, está subjacente uma orientação com recuperação. Para além disto, pontualmente tivemos a situação E para Sofia, em que, apesar da diminuição do nível de resiliência, tudo se encaminha para uma melhor estruturação pois o compromisso pessoal começa a desenhar-se, dando-lhe maior segurança para conseguir referir descrições negativas, mas que têm uma tendência positiva no seu processo de evolução. Podemos talvez inserir a situação de 1997 de Paula também em E. Talvez ela consiga descrever tantos aspectos negativos pois também lhe está associada uma descrição extensa e saudável. Continuando, notemos que alguns aspectos do momento da nova inserção social também estão a ser vividos com muita intensidade. Nas

avaliação seguintes, em Paula temos mais frequentemente a situação **A**, mas também acontece **C** e **D**. Em nota deste Quadro 5-1.1, é abordada as situações **F** de Rui e Pedro. De notar que Pedro tenta uma recuperação e surge o nível positivo no *locus* de controlo interno; e que Rui, não tendo “ruminação”, já teve um nível de resiliência considerável. Parece ser activo. Outra situação em que diminui o nível de resiliência é a de Carmina, mas primeiro queremos sublinhar que, neste caso, a 2.^a avaliação está muito perto do choque e existe principalmente uma situação **C** mas também **D**, em que ela, posteriormente ao choque e noutros instrumentos de avaliação, descreve um início de um processo construtivo ao lhe ser significativo a dor dos outros (contrariando assim um dos perfis em *helplessness* “tudo me acontece e sou a mais infeliz”); e em 2.º, verificamos em RES uma acção para contrariar a sua preocupação relativamente ao namoro, uma situação **A** na 1.^a avaliação.

Em conjunto, é também de sublinhar os resultados da avaliação múltipla utilizando os instrumentos de avaliação RES, FIPE e PCM (no seu 1.º momento de classificação), analisados no capítulo anterior e sumarizados no próximo Quadro 5-1.2. Inseridas nas outras avaliações, interpretamos os dados deste 1.º momento, quanto à complexidade (FIPE e PCM), à independência/autonomia (PCM e RES) e à flexibilidade/plasticidade (RES, FIPE e PCM). Há correspondência quanto à existência ou não destes conteúdos nas diferentes avaliações: na complexidade³¹⁵ (também Florinda tem 5 respostas no nível C em FIPE, e 2,1 em PCM); aquando alguma incoerência na independência³¹⁶, pode ser realizada uma análise interessante sobre o desenvolvimento universal e unidirecional proposto na classificação em PCM; e na flexibilidade³¹⁷, constata-se as duas incoerências, em Rita e Florinda, que justificamos e sublinhamos como explicativas da adversidade significativa, correspondendo à 1.^a e 2.^a função em RES.

Quadro 5-1.2: Avaliação em RES, FIPE e PCM, no 1.º momento

RITA	SOFIA	RUI	CARMINA	FLORINDA	PEDRO	PAULA
RES (0,3: 0,00/0,75/0,25), FIPE (2/3/3/-) e PCM (1,5, média 1,42) de 1997	RES (0,67: 1,00/0,75/0,25), FIPE (-/1/1/6) e PCM (2, média 1,75) de 1997	RES (1,0: 1,50/1,00/0,50), FIPE (-/5/3/-) e PCM (1,5, média 1,33) na 1.ª avaliação (2000)	RES (1,1: 1,25/1,00/0,75), FIPE (1/5/2/-) e PCM (1,5, média 1,33) de 1997	RES (0,8: 0,00/1,00/1,00), FIPE (1/2/5/-) e PCM (2,1, média 1,92) de 1997	RES (1,1: 1,00/1,25/1,00), FIPE (1/3/4/-) e PCM (1,66, média 1,50) de 1997	RES (0,8: 0,50/0,00/1,75), FIPE (2/5/-/1) e PCM (3, média 2,5) de 1997
FIPE, nível a (deste caso) PCM, nível b (deste caso) RES, nível c (deste caso) De a e b, inferimos existir flexibilidade sem complexidade; de b, normalmente inferimos sem necessidade de independência, existindo coerência com c; de c (1.ª e 2.ª função), há desacordo com a e b sobre a flexibilidade. Resumo na análise diacrónica (5.1, pp187)	FIPE, nível a (deste caso) PCM, nível b (deste caso) RES, nível c (deste caso) De a b e c, inferimos existir flexibilidade com complexidade; de c inferimos ser dependente, sem existir uma simples coerência com b (o que foi analisado em 5.2). Resumo na análise diacrónica (5.2, pp209)	FIPE, nível a (deste caso) PCM, nível b (deste caso) RES, nível c (deste caso) De a b e c, inferimos existir flexibilidade sem complexidade; de b e c, sugere-se não existir independência. Resumo na análise diacrónica (5.3, pp232)	FIPE, nível a (deste caso) PCM, nível b (deste caso) RES, nível c (deste caso) De a e b, inferimos existir flexibilidade sem complexidade; de b, normalmente inferimos sem necessidade de independência, existindo coerência com c; de c, há acordo com a e b sobre a flexibilidade. Resumo na análise diacrónica (5.4, pp257)	FIPE, nível a (deste caso) PCM, nível b (deste caso) RES, nível c (deste caso) De a e b, inferimos existir flexibilidade com alguma complexidade, embora sem integração; de b e c, inferimos existir independência, existindo coerência com c; de c (1.ª e 2.ª função), há desacordo com a e b sobre a flexibilidade. Resumo na análise diacrónica (5.5, pp274)	FIPE, nível a (deste caso) PCM, nível b (deste caso) RES, nível c (deste caso) De a b e c, inferimos existir flexibilidade; sem complexidade de c e b bem como, inferimos ser dependente. Resumo na análise diacrónica (5.6, pp294)	FIPE, nível a (deste caso) PCM, nível b (deste caso) RES, nível c (deste caso) De a b e c, inferimos existir flexibilidade; com complexidade de a e b; de c e b inferimos ser independente. Resumo na análise diacrónica (5.7, pp316)
sem complexidade , s/necessidade de independência sem flexibilidade (RES)	com complexidade dependência, na independência com flexibilidade	sem complexidade s/necessidade de independência com flexibilidade	sem complexidade s/necessidade de independência com flexibilidade	alguma complexidade com saúde, na independência sem flexibilidade (RES)	sem complexidade sem independência com flexibilidade	com complexidade com independência com flexibilidade
Após profundíssimo choque (na interacção social).	Ruminativa	Favorável	Preocupação e reacção activa	(Ligeiro) impacto e 1.ª variação de contexto social.	(com namoro)	Altas “fronteiras” Mau-estar

Legenda: correspondência dos valores em RES (global: desafio/compromisso/controlo); em FIPE (níveis A/B/C/D); em PCM (global, e valor médio).

RES é um instrumento por nós elaborado para medida em resiliência; FIPE é um instrumento baseado na investigação de Loevinger, classificando níveis de desenvolvimento; PCM é um instrumento que se baseia no trabalho de D. Hunt no desenvolvimento (cognitivo e de orientação interpessoal).

Assim, da análise destes Quadros 6-1, verificamos que: 1) na perspectiva de Rutter e na análise sincrónica, pudemos fazer uma análise longitudinal e prospectiva e diremos que o choque foi registado, bem como momentos anteriores ao impacto e a recuperação; 2) com a grelha do nosso modelo em resiliência, a avaliação em RES e outros instrumentos de avaliação, verificamos o que designámos por 1.^a e 2.^a função da descrição em RES (Quadro 5-1.1); 3) na múltipla avaliação RES, FIPE e PCM (Quadro 5-1.2), em conteúdos correspondentes, verificamos que, na descrição da resiliência, a flexibilidade diminui aquando o choque, 1.^a função; mas 4) os dados também apontam para uma 2.^a função.

Como nota diremos que a contribuição da aplicação de outros instrumentos de avaliação foi importante para o estudo em resiliência e trouxe interessante leitura relativamente ao instrumento PCM. Por outro lado, a flexibilidade mostra-se aqui como uma área crítica³¹⁸, no entanto, do estudo geral, os dados indicam que é da variação nas 3 dimensões que se obtém uma boa/coerente avaliação em resiliência.

Julgamos também, que a análise comparada com outros instrumentos de avaliação, para além de enriquecer o estudo, se mostrou importante e ilucidativa e seria de a estender em estudos longitudinais.

5.4 Apontamentos sobre Algum Significado do Nível de Resiliência Obtido:

Doloroso

Vamos analisar alguns aspectos, como a variação do nível de resiliência e a dor explícita. Noam (1996) diz que talvez tenhamos uma resiliência dolorosa, e Damásio diz estarmos preparados para a sobrevivência e que podemos ter/obter a qualidade de vida. Um dos aspectos a ser motivo de reflexão seria o modo como é encarada a morte, uma das grandes adversidades, como a comunidade humana a classifica³¹⁹, de profundidade externa (utilizando a nossa tipificação da ‘maior profundidade do significado’³²⁰). Em nota sublinhamos que se pode conseguir que, a maior ‘profundidade do significado interior’ nem sempre seja a negativa, a menos saudável. Noutras situações que a comunidade

Quadro5-2: Algum significado do nível de resiliência: grau de dor

Análise parcial da resiliência *, considerando a dor expressa e a sua estrutura na última avaliação, colunas 1-3; na coluna 4 - a variação do nível de resiliência durante o estudo							
RESILIÊNCIA NÃO DOLOROSA, com dificuldades							
Casos	indicadores	Explicitamente não dolorosa, indicador n.º 32	Com controlo emocional estável indicador n.º 39	Com desafio, indicador n.º 1	(Evolução) nível de resiliência	observações	observação
		coluna 1	coluna 2	coluna 3	coluna 4	coluna 5	coluna 6
Rita	(foi doloroso) sim	Sim	não	subida pouco acentuada	Note-se que teve um nível muitíssimo doloroso. Na 1.ª avaliação não tinha uma dor explícita, nem nas outras 2 avaliações. Desafio: aceita-o mas não o procura. Vagaroso a Δ do nível de resiliência	‘externa’	
Sofia	não	não	não	descida	julgamos que, apesar do nível de resiliência ter descido, foi importante para poder atingir um maior nível. Parece agora existir uma melhor estruturação, com compromisso pessoal e controlo	‘interna’	
Rui	sim	não	não	descida	Em todo o seu percurso, sente ter muitas dificuldades, mas não regista dor. Em 2000 tem um importante nível de resiliência e bem estruturado (sempre sem controlo de tarefa)	‘externa’ sobre a precária economia e competência lectiva	‘inconsciente’ parece-nos pouco consciente das suas possibilidades e acções implícitas nas descrições
Carmina	não	não	não	descida	Na 1.ª fase, da preocupação, registou itens de desafio e controlo emocional. Foi activa. Actualmente e devagar, está a começar a reagir.	‘externa’	
Florinda	sim	sim	sim	subida	Na turma tem a nota mais baixa de ingresso; os resultados académicos satisfazem-na; o compromisso social sobe.	torna-se ‘externa’ (foi ‘interna’, ‘inconsciente’)	
Pedro	sim	Sim (sempre)	Sim (Δ)	descida ligeira	Boa nota de ingresso; c/ compromisso social; mudou de curso; Está um pouco comprida a actividade lectiva	‘interna’ (foi ‘externa’)	
Paula	Actua fortemente mesmo que no fim seja doloroso	sim	Sim	subida acentuada	O 1.º momento da avaliação parte de 1 situação de resiliência muito dolorosa. Hoje, c/ forte subida do nível de resiliência, pode sentir dor só posteriormente à acção.	‘interna’, posteriormente à acção; (foi ‘interna’ - na 1.ª avaliação)	

Legenda: Δ- variação; coluna 6: a nomenclatura da profundidade do significado é a explícita no Quadro dos Impactos ('externa'- clara para todos; 'interna'- clara para si; 'inconsciente'- não é clara para si) .

* Porque no aspecto global temos o correspondente nível aferido pela nossa operacionalização.

considera menos adversas (porque não é doença crónica, porque é quotidiana, etc.), vejamos o que estes 7 casos nos indicam (ver Quadro 5-2 Algum significado do nível de resiliência: grau de dor)

Como Rita, há casos que apelidámos de significado externo, em que parece que a diminuição da dor, na resiliência, tem de ser construída descrevendo, noutros instrumentos de avaliação, o que doeu. Noutros casos, para alterar o nível de resiliência que designámos como interna, dolorosa e “ruminativa”, julgamos igualmente que tem de existir um forte trabalho, como por exemplo em Sofia, sendo, nestas situações, também necessário ultrapassar uma causa inconsciente. Nestes dois casos, sugere-se que, para o próprio, as alterações da dor foram bem difíceis (embora para a envolvente, parece “desnecessária/ilógica”, no 2.º caso).

Em Paula, actualmente há um maior significado interno e saudável da adversidade, mas segundo diz, a dor “só pode existir” posteriormente à acção. A variação do nível de resiliência é grande, embora não deixe de explicitamente registar a dor (não no momento da acção), mas esta dor está a baixar e, por outro lado, é registada tranquilidade em diferentes indicadores. O percurso desta resiliência dolorosa tem um sentido *de um acentuado aumento de resiliência, com diminuição da dor*.

A resiliência dolorosa de Sofia tem sido bem difícil, sendo o ‘significado interno’ e não saudável. O ‘significado inconsciente’ das eficazes competências sociais (e também das lectivas) talvez a pouco e pouco esteja a variar, tornando-se mais consciente (e o compromisso pessoal tem uma direcção de crescimento). Apoiou-se bem no EU TENHO. Entretanto o contexto variou fortemente, o que entendemos ter sido importante. *Este caso continua intensamente doloroso, embora a variação da estrutura de resiliência aponte num sentido positivo* (apesar do nível global ter descido).

O percurso da dor de Carmina teve uma 1.ª fase com iniciativa, do EU POSSO, apoiou-se no EU TENHO, e já começa a constatar a dor de outros, dizendo que lhe fez bem (Compquest.). A última avaliação parece estar muito próxima do choque. *A resiliência ainda é negativa e existe dor*.

Na situação de Rita, desde a 1.^a avaliação que a resiliência não é explicitamente dolorosa, apesar de ter descrito uma anterior situação de resiliência muitíssimo dolorosa. O ‘maior significado’ actual é ‘interno’ e saudável. Parece-nos ter feito *uma recuperação da resiliência relativamente rápida, mas com um abrandamento posterior, sem dor explícita*.

Julgamos que a dor e a resiliência podem variar e há quem saiba ser saudável mesmo em situações que os outros entendem adversas. Com certeza não quer dizer que não haja dificuldades, mas que possamos considerá-las com menor intensidade: ver Rui quando, apesar de 3 dificuldades, lhe aconteceu “o melhor da sua vida”. Baltes aposta na educação da resiliência do idoso; Grotberg trabalha na educação desta capacidade na criança. No nosso modelo, a dor, com grau negativo, e o favorável, com contribuição positivas, estão incluídas na classificação. Perspectivas que associadas a outros aspectos, também podem ser objectivo a atingir na educação para a resiliência.

5.5 Dinâmica em Resiliência

Como vimos anteriormente, RES é um instrumento crítico, de grande sensibilidade, possibilitando também o registo e avaliação da *dinâmica*, da variação do nível de resiliência associando-a, coerentemente, a momentos sentidos como difíceis/adversos (*e.g.*, caso Rita, Carmina), bem como inebriantes/favoráveis (o caso da Florinda e, hipótese a verificar, o caso de Rui). No caso de Pedro inferimos que, lentamente, está a diminuir o seu nível de resiliência pois parece ser sensível ao resultado académico, cujo controlo demora mais do que o esperado. O caso da Sofia é talvez um lento ultrapassar da cognição destrutiva. E, finalmente, temos o caso de Paula que indica um acentuado crescimento com uma primeira avaliação dolorosa. Foram assinalados talvez áreas de maior relevo, mas foram baseadas em leituras mais holísticas registadas também nos Quadros III processos/dinâmicas. A visualização da variação dos indicadores também é facilmente dada pelos Quadros IV.

A linguagem resiliente (Tenho, Sou e Posso) mostrou-se muito importante para a recolha de dados (consta do instrumento construído) e numa primeira parte da análise de dinâmicas, mas a leitura de processos também deve ser lida nas três dimensões do constructo, desafio, compromisso e controlo, como os Quadros IV indicam.

Vejamos a *resiliência da envolvente*, para uma leitura da *dinâmica* em resiliência. No caso do Rui, o seu desempenho no campo académico e profissional é idêntico antes e depois de casar. A resiliência da envolvente talvez tenha consequências para a “estrutura” do compromisso social, medida através do nosso modelo.

Relembramos Kobasa (1983). Esta autora teoricamente estuda o suporte social, concluindo que pode ter diferentes vertentes, ajudando ou dificultando a resiliência individual. Por outro lado, C. Simões (1996) sublinha que no estudo do *Teaching self*, é importante que o professor tenha uma maior maturidade que o aluno, exactamente para que o possa compreender, pôr-se no seu papel, e assim consiga propor situações mais adequadas ao aluno, ou seja, que, pontualmente, a envolvente seja resiliente³²¹.

Vejamos algumas dinâmicas e “tipos de resiliência” de Rui, da envolvente e da respectiva interacção que estiveram em estudo. Para alguns sublinhados finais, parece-nos importante aqui ressaltar que a estabilidade emocional e o mínimo compromisso social é importante para o Rui, mas não tem consequências lectivas desejáveis. Neste último caso, a falta de resiliência da sociedade em geral, em que é necessária a oferta de oportunidades mais diversificadas³²², bem como a entidade formadora que também se deve responsabilizar pela sua falta de resiliência, exigindo mais a si e ao aluno.

É de sublinhar a mínima nota de ingresso de Florinda e a variação de contexto, através do projecto Erasmus, por exemplo, também proporcionada pela entidade formadora. Foram bons os resultados de um perfil simples, mas em que se regista auto-estima, com posterior resultado lectivo de bom nível, e de um contexto que se tornou resiliente para com este perfil. Mais complexo, mas com uma contribuição de direcção positiva, temos o caso de Sofia. Através do projecto Erasmus, o compromisso pessoal e social variaram significativamente.

Vejamos *dinâmicas* e o *controlo* na acção desejada/escolhida/conseguida. Realçamos, e.g., o caso de Pedro e da Paula. A nota de ingresso do Pedro é alta³²³, a de Paula tem menos um valor. No entanto os resultados lectivos de Pedro não têm sido bons³²⁴³²⁵. Nestes dois casos, o namoro³²⁶ só existe em Pedro e ambos são activos. Comparemos a evolução de Pedro e Paula. Partindo, em geral, de um nível baixo, em 3 anos tudo melhora em Paula;

em Pedro, partindo de um nível de resiliência médio, piorou um pouco. Referindo só um dos aspectos menos positivos em Paula, ela refere com grande intensidade “(...) pensa demais”, o que não é sentido como uma cognição saudável, construtiva, mas tem, logo no início, um alto nível de responsabilidade pelo que lhe acontece³²⁷ bem como no domínio da tarefa. O compromisso pessoal começa num mau-estar, mas termina num nível alto. No Paulo nunca fala em auto-estima, só em optimismo, mas que se esvaneceu ligeiramente. Como dissemos, tudo melhora em Paula e piora ligeiramente no Pedro.

Assim como, em Paula e Pedro, é possível a aplicação do modelo na interpretação holística da dinâmica do surgir e desaparecer de conjuntos de indicadores baseada nas 3 dimensões, do Desafio, Compromisso e Controlo, também o foi para os outros casos estudados³²⁸. *Subjacente a esta dinâmica está o controlo, o domínio, a competência na acção desejada/escolhida/conseguida.* Tanto o modelo de Grotberg como o de Kobasa o pressupõem; nós também. Aliás Kobasa escreve que o seu modelo não está muito longe do de Bandura. Como relembrámos, Kobasa verificou que o maior contributo das suas 5 escalas (que representam as suas subdimensões) para o conceito de *hardiness* era a do poder/fraqueza. Para nós a *competência social e de tarefa* (compromisso social por nós avaliado e o controlo emocional e de tarefa em geral) constituem a concretização da actividade humana, medida em resiliência. Dão-nos conta disso, por exemplo, os Quadros do Impacto e quase todas as áreas de maior impacto³²⁹.

O controlo registado parece ser fulcral e, assim, a teoria do controlo de Heckhausen e Schulz sustenta-o. Bandura (2000) continua a sublinhar que a eficácia académica/profissional e a social são essenciais para as reacções depressivas que podem ser registadas já aos 10, 11 anos. A nossa cultura é exigente nestes campos. Também é nosso sublinhado, todavia a nossa definição e a respectiva operacionalização são mais abrangentes, implicando também a dimensão do desafio e outras áreas da dimensão do compromisso e, permitindo, como vimos, uma leitura coerente e consistente no estudo de casos realizado. A leitura da dinâmica através desta medida que se mostrou crítica/sensível e holística é possível, sendo difícil a leitura só por factores.

É interessante que sobre o desenvolvimento e a resiliência, o estudo realça *a perspectiva de Rutter*, o que está de acordo com o problema a investigar e validação do estudo. No entanto a descentralidade (na flexibilidade) que incluímos e que se mostrou igualmente

interessante e fazendo parte de uma avaliação significativa (embora talvez não tão crítica), faz sublinhar também a perspectiva de Loevinger e de D. Hunt (associando também a respectiva orientação social), embora o estudo também faça reflectir sobre a não unidireccionalidade do desenvolvimento avaliado.

Primeiro sublinhávamos a *natureza da resiliência*, como a manutenção da acção humana, em difrentes graus de adequação. A par com isto (e verificando que a adversidade significativa é coerente com a diminuição da resiliência avaliada) foi descrito noutros instrumentos de avaliação, um choque fortíssimo e a concomitante inacção. A descrição feita em 1.2.1.1 sobre a natureza deste constructo sublinha a invetigação de Kobasa/Ouellette, teoria existencial da pessoa vigorosa, mas abarca a fundamentação de Antonovsky (1993) e a de Turner e Avison (1992) (SIC e o significado da crise, respectivamente). Podemos resumir esta natureza como a manutenção da actividade coerente e consistente porque de significado principalmente no conflito e/ou adversidade. Expectamos que se traduza na construção de um núcleo do desenvolvimento pessoal³³⁰. Depois, realçávamos que, partindo da resiliência e da flexibilidade física dos materiais, quando esta é aplicada ao humano, pode ser avaliada num *constructo dinâmico com as dimensões de desafio, compromisso e controlo* e em que a dimensão do desafio contém a flexibilidade. Agora reflectíamos que, assim como deu bons resultados considerar a actividade nas 3 dimensões (ver definição no Quadro Ic), também há alguma indicação de que a plasticidade não estaria só no desafio, mas talvez também *na articulação das 3 dimensões*. Isto não estaria em desacordo com outras perspectivas, por exemplo a de Block (1980) e as suas duas dimensões dinâmicas: o egocontrolo e a egoresiliência, sendo o primeiro a expressão humana de impulsos e motivações e a segunda, a flexibilidade do egocontrolo. Associando Damásio (*e.g.*, 2000), diríamos que, por um lado, o egocontrolo e a egoresiliência automáticos são necessários para manter a vida, para a regular e para preparar o humano para situações como a fuga, o enregelar etc; e por outro, a egoresiliência, mais consciente, flexibilizaria o egocontrolo, para lhe possibilitar a qualidade de vida, acedendo a um funcionamento mais adequado, esperemos que para o bem do humano e da humanidade, como diz Damásio (2000, 2003a). Aliás, com certeza bem necessário para a 3.^a e 4.^a idade, que nos traz a perspectiva de Baltes e outros (1986, 1990).

CONCLUSÕES

CONCLUSÕES

O modelo dinâmico de resiliência é enriquecido. Termina-se a exposição com aberturas de campos de investigação e apontamentos finais.

Os resultados obtidos na 1.^a e 2.^a fase da investigação aparentam que, na 3.^a fase, se tornasse possível uma fiel e adequada aplicação do nosso instrumento RES, tendo-se tornado num útil critério de identificação de processos individuais face à situação adversa assinalada por cada caso em estudo mas também a impactos positivos.

Tanto pela relevância social como pelos resultados obtidos sugere-se que seja incluída no currículo académico e extracurricular, sendo necessário estender também o estudo a outros níveis etários e à educação em resiliência.

CONCLUSÕES

- **Conclusões deste Estudo**

Vejamos o que nos possibilita a análise diacrónica e agora sincrónica realizada neste estudo de casos.

Tendo partido para este trabalho sobre um constructo pouco investigado em Portugal e não existindo instrumentos de avaliação aferidos à população portuguesa, propusemos contribuir para a cientificidade de uma melhor compreensão da resiliência através de proposta de uma sua medida enquadrada por um modelo que a sustentasse.

Construímos um modelo sobre o constructo dinâmico de resiliência, operacionalizámos a avaliação desta última construindo um instrumento principal RES e aplicámo-lo a alunos portugueses do Ensino Superior.

Sobre o modelo teórico incide a primeira parte deste trabalho. Verificamos que se mostrou robusto, mas que também se deu o seu enriquecimento. Sobre a avaliação em resiliência há que verificar a validade e fidelidade da aplicação do instrumento RES com referência ao modelo construído e à sua fundamentação. O 5-6 Quadro Geral de Critérios resume-a. Esta sugere uma boa fidelidade que justificamos heurísticamente (Patton, 1990). Consideramos que foi um trabalho sério que nos deu e dá muito gosto, mas também uma igualmente séria resposta da população envolvida nesta investigação.

Quanto à validação, ficámos igualmente satisfeitos. Entendemo-la como uma primeira validação do modelo e medida em resiliência, mas que indica bons resultados. Torna possível leituras de num constructo dinâmico, bem como a formulação de novos ajustes que vão limando e aferindo uma melhor/maior utilidade da nossa proposta. Consideramos a escolha de um estudo de casos longitudinal e prospectivo muito frutuosa e adequada, essencialmente por dois aspectos: pelo processo prático e de consequências fiáveis

sugerido através dos resultados obtidos; pela análise de conteúdo significativamente individualizada, questionando processos, como a questão de investigação indicava.

Propomos teoricamente uma visão ao longo da vida do constructo da resiliência medida holisticamente em função da construção da consciência pessoal e da envolvente, das emoções e do seu controlo, bem como da história da interacção específica, podendo, esta envolvente, ter um menor papel de acordo com o grau de fragilidade/segurança pessoal. Na avaliação da resiliência e neste último compromisso pessoal, os indicadores da auto-estima e do optimismo foram realçados, ponderados, tendo-se mostrado discriminantes. Os nossos dados apontam para não serem propostas áreas específicas das emoções e do controlo de tarefa³³¹. O “controlo emocional” é um indicador realçado, fortemente pesado e, portanto, mostrou-se discriminante.

Na nossa visão teórica ao longo da vida, julgamos poder apontar esta (re)construção permanente medida em três dimensões, o desafio, compromisso e controlo³³², com igual peso e ao longo do tempo, com diferenciação de indicadores ou, pelo menos, dos seus contributos nas subdimensões do constructo. De notar que a utilização dos dois tipos de controlo (Heckhausen e Schulz, 1995) é eficaz e simplifica a análise de processos (talvez pelo facto do grau de domínio de tarefa ter repercussão nas outras duas dimensões), mas os dados não sugerem estatuto diferente para a dimensão do controlo.

No jovem adulto mostraram-se importantes os pesos atribuídos às dimensões, subdimensões e indicadores na avaliação realizada (*e.g.*, Quadro Ic): pois a compreensão dos processos foi possível (exceptuando uma variação que, nas 18 aplicações do nosso instrumento, não foi explicada holisticamente); porque nos baseámos na análise heurística e nos indicadores de Grotberg (1995); por estar de acordo com factores de protecção realçados na história da investigação em resiliência e seus antecedentes (nestes últimos, sublinhamos fortemente o que Rutter realçou (1972): só um factor não tem consequências perceptíveis, o que, associado à falta de suficiente resposta da investigação em factores, indicou um estudo holístico do constructo).

De notar que partimos para a investigação com um modelo que se baseava numa autonomia progressiva (passando do eu tenho para o eu posso, enriquecendo o eu sou- Grotberg, 1995). A nossa perspectiva actual, após o estudo empírico, pressupõe o binómio

fragilidade/segurança pessoal, o que inclui ciclos e reciclos dessa (re)construção constante (ultrapassando assim uma visão linear do crescimento de conceitos e do desenvolvimento ecológico). Por outro lado, como a nossa medida em resiliência é crítica (com indicadores bem sensíveis ao quotidiano) inclui graus do adverso e do favorável.

Partindo do facto de termos obtido uma variação no nível de resiliência concomitante com uma situação adversa significativa (Quadro dos Impactos), valida o constructo estudado. Nos casos estudados, o que quer que tenhamos medido regista o impacto e, como foi medido segundo as três dimensões (desafio, compromisso e controlo) da teoria de Kobasa (1979,1982), inferimos ter avaliado a capacidade de *hardiness* ou de resiliência. Por outro lado, construímos e utilizamos um instrumento (RES) em que é solicitada uma autodescrição em três campos (tenho, sou e posso) contendo um exemplo de resposta e medimos a resiliência diferencial através dos dados obtidos com este questionário (construímos e utilizamos também uma guiada autocomparação de instrumentos - Compquest.).

Assim, nesta investigação, havia um objectivo principal (A), a construção de um modelo e medida em resiliência; mas também, colateralmente, um segundo objectivo (B), aspectos de aprofundamento conceptual permitidos pelo estudo de processos.

A) Em processo exploratório, foi atingido o objectivo principal

- tendo-se iniciado a construção de um modelo, de um instrumento de avaliação em resiliência e da sua aplicação, em três fases do estudo (1.^a- teórica; 2.^a- aplicação do instrumento a 125 jovens adultos- obtenção da chave de avaliação, Quadros Id, *e.g.*; 3.^a fase, estudo principal, longitudinal e prospectivo, do processo em 7 casos- com 18 aplicações do instrumento).
- realizou-se a reflexão sobre a validade e fidelidade da investigação (resumida em 5-6 Quadro Geral dos Critérios),da qual sublinhamos:
 - i. Fidelidade, essencialmente através da obtenção de padrões de resposta individual (Quadros IIa)
 - ii. Validade, existindo correlação entre as variações do nível de resiliência medido e a situação adversa assinalada (Quadro das Fases e Quadro dos Impactos)

- iii. Com diferentes instrumentos³³³ e a grelha do nosso modelo, encontrou-se o que designámos por 1.^a e 2.^a função (Quadro 5-1.1), ou seja, geralmente uma boa correlação entre os diferentes dados obtidos (1.^a função) (e uma 2.^a função- apontando-se, com o nosso instrumento, para um registo já atingido e/ou estabilizado nos diferentes indicadores, enquanto é descrito um processo noutros tipos de instrumento de recolha de dados).
 - iv. Na triangulação de parte do conteúdo no primeiro momento de avaliação, utilizando diferentes instrumentos e respectivas grelhas de análise, verificou-se também uma correlação quanto à existência de flexibilidade, independência/autonomia e descentralidade (com FIPE, PCM e RES) (Quadro 5-1.2).
 - O que foi medido, longitudinal e prospectivamente, mostra ser um só constructo (há uma correlação entre as três dimensões – desafio, compromisso e controlo) (Quadros IV),
 - Esta medida é significativa e crítica, no sentido de ter sido auto-assinalado e ser sensível à adversidade quotidiana.
 - A medida do constructo utilizada refere-se a uma estrutura compósita, função do desafio, compromisso e controlo e de seis subdimensões (desafio e flexibilidade; compromisso pessoal e compromisso social; *locus* de controlo interno e controlo emocional e de tarefa).
- B) O facto dos dados apontarem para um instrumento que se mostrou com uma aplicação crítica à situação adversa e se ter realizado um estudo longitudinal e prospectivo permitiu um aprofundamento conceptual de processos, do qual assinalaremos
- A leitura consistente e coerente (respectivamente: consigo próprio (obtenção de padrões de resposta individual- Quadros IIa; e com a situação- Quadros dos Impactos) de dinâmicas (*e.g.*, Quadros III e IV).
 - A adversidade sentida/significativa parece fazer baixar o nível global da estrutura de resiliência medida. Parece que natural e automaticamente (Damásio, 2002), a pessoa construída, culturalmente enquadrada e na situação específica, reage primeiro deste modo, podendo levar à inacção-

caso de Rita (impacto descrito como profundíssimo- aquando o falecimento do companheiro).

- Também naturalmente e na adversidade, talvez o nível de flexibilidade, *especificamente* medido, se ressinta (como no caso, *e.g.*, de Rita: após o impacto, essa subdimensão é a última a surgir). No entanto, como anteriormente dissemos, talvez a flexibilidade *global* esteja na articulação das três dimensões.
- Este último facto também lembra as duas dimensões dinâmicas de Block (1986), a egoresiliência e o egocontrolo e a respectiva definição.
- O constructo de resiliência está associado à adversidade, envolvendo factores de risco (sendo, historicamente, a primeira abordagem), mas, segundo Anthony (1974), mesmo na adversidade o humano pode-se proteger (sendo estudados factores de protecção) e nós pretendemos estudar a optimização da adversidade (1998). Em primeiro lugar, esta optimização, traduziu-se na opção por um modelo e classificação em que uma das dimensões é o desafio, e, por exemplo, o indicador “ver o positivo no difícil”, também tem este directo sentido. Por outro lado, na clarificação de dinâmicas, verificaram-se diferentes graus de optimização:
 - i. Optimização na acção, parte final do caso de Paula- “(...) mesmo que no fim me sinta deprimida”. Esta actuação talvez tenha sido permitida também pela existência de um nível alto de resiliência (função da estrutura global).
 - ii. Cognição não negativa, caso de Carmina- “(...) não era a única”: diferente da situação de *helplessness*³³⁴ (Seligman *et al.*, 1995). Na lenta recuperação (note-se que foi muito activa no pre-impacto) começa a actuar positivamente (o que aponta para a natureza da resiliência- manutenção de uma acção humanamente adequada).
 - iii. Após inacção, caso Rita – a recuperação começou pela descrição da auto-estima (posteriormente à morte do companheiro) e só muito mais tarde, após a descrição do compromisso e

posteriormente do controlo, surge, na parte final, a descrição da flexibilidade (sem desafio)!

Por este estudo, não separamos os diferentes tipos de impacto: o da adversidade e o do favorável.

- Verificou-se ter-se obtido um instrumento que se presume medir a acção significativa e crítica, sensível à diária resiliência. Dá conta/mede o choque/impacto e diferentes tipos de recuperação: perante o quotidiano
 - i. adverso,
 - caso de Rita (com descrição de inactividade); caso de Carmina (entre as avaliações); caso inicial de Florinda; caso quotidiano de Sofia; caso Rui: seu quotidiano (ver Quadro das Fases e dos Impactos);
 - ii. favorável,
 - caso de Florinda, parece termos uma estrutura suspensa, inebriante- indicadores ainda não estão assinalados como atingidos ou estáveis, nesta 2.^a variação do contexto (No entanto, na avaliação inicial- até a 1.^a variação de contexto foi adversa: “solidão”);
 - caso de Rui, nesta situação positiva, a descrição de uma estrutura um pouco mais segura/forte, porque tridimensional;
 - iii. sem especial momento de impacto,
 - caso de Sofia, com um crescimento doloroso, obtendo-se uma estrutura de maior compromisso pessoal (com ligeira diminuição da flexibilidade); caso Rui, no seu quotidiano normal (baixo nível de resiliência); caso de Pedro- medindo-se uma pequena alteração de estrutura com ligeira diminuição na flexibilidade.

Pelo exposto e partindo da expectativa da última hipótese apresentada e ainda pelo plano de investigação realizado, também encontramos uma resiliência diferencial. As hipóteses de trabalho parecem ter sido atingidas, mas realçamos dois aspectos: relativamente à 4.^a hipótese, propomos uma nova hipótese, ou seja, da flexibilidade ser também absorvida pela dinâmica articulada das três dimensões; e realçamos a importância da fase inicial dos trabalhos, dando origem a um estudo mais seguro e abrindo oportunidades também para o referido propósito inicial.

Entretanto, parece termos verificado que o modelo se mostrou robusto, mas que também se deu o seu enriquecimento, que passaremos a expor. Iniciámos a investigação considerando a resiliência como uma capacidade universal, mas também a encontramos como uma estrutura do desenvolvimento diferencial, cuja natureza propomos estar associada à manutenção da acção adequadamente humana. Não utilizámos as categorias de Grotberg (tenho, sou e posso, na avaliação final do nível de resiliência) ainda que se tenham mostrado úteis para a recolha de dados e a introdução na compreensão de dinâmicas em resiliência. Na operacionalização verificou-se que as três dimensões de um só constructo, o de resiliência, são desafio, compromisso e controlo, sendo também úteis para a descrição da variação do nível neste constructo. O modelo em resiliência absorve o impacto negativo, mas também o positivo e propomos uma provisória avaliação conjunta. E torna-se directamente útil, quer pela obtenção de um nível de resiliência, quer por se poder realizar com economia, *burden*, (Pais Ribeiro, 1999), quer ainda pela possível leitura coerente de mecanismos e dinâmicas em resiliência, acima referida.

De notar que, ao termos proposto estudar os “mecanismos de optimização”, hoje parece-nos que eles incluem também as situações de risco e de protecção. No entanto, tal facto não altera a nossa definição no constructo nem a utilização do termo.

Assim, este modelo e a sua operacionalização no jovem adulto português remetem-nos para indicadores significativos, mas principalmente para:

- uma avaliação holística igualmente ponderada em três dimensões e seis subdimensões e respectivos indicadores (estes últimos com diferentes contribuições),
- sugerindo ter-se medido um só constructo.

Por outro lado, parece ter-se:

- realizado uma 1.^a validação do nosso modelo de resiliência;
- o que torna, possivelmente, este trabalho mais útil pela abertura desta investigação na área da resiliência;
- melhorado a compreensão sobre esta área de investigação;
- realçado que a entrada no Ensino Superior parece ser um *touchpoint* para o jovem adulto, mas, no fim do ano e anteriormente à avaliação final, o perfil de resiliência melhora em muitos indivíduos.

Dos resultados, no jovem adulto, com a medida construída, surgem 8 pontos: parece ser uma medida para o jovem adulto e adulto; aplicado num percurso escolar, aponta para menores valores no início e no fim do curso; insere-se num paradigma de interacção, dependente da construção pessoal, da envolvente e da respectiva relação recíproca; as situações significativas não versam só o aspecto lectivo, mas as diversas áreas da vida pessoal e social; aponta-se uma provisória avaliação conjunta de significações positivas e negativas; questionam-se critérios de selecção para programas Erasmus (e outros que impliquem uma nova contextualização da pessoa), pois poderão ser saudáveis não só para os bons alunos; sugere-se a extensão extracurricular deste conteúdo no apoio ao aluno; indica-se a inserção do seu conteúdo na formação inicial.

A 1.^a conclusão sobre consequências deste estudo é que, individual e institucionalmente, se deve estar atento ao problema.; 2.^o, reforça-se a necessidade da educação para a resiliência de qualquer cidadão, nomeadamente, de um futuro profissional.

Portanto, com a finalidade de melhor compreender o constructo dinâmico de resiliência, realizou-se uma investigação no sentido de trazer contributos científicos para a sua conceptualização e medida com a qual estamos satisfeitas, o que não significa grandes progressos, mas uma orientação num caminho com grandes perspectivas, científicas e práticas.

• **Novas Propostas**

Com este início de trabalho num campo que se tornou tão envolvente, abrem-se perspectivas e criam-se necessidades. Uma das primeiras situações foi a de um concurso para um núcleo de investigação nesta área, inserido numa possível Unidade da ESEC da Fundação para a Ciência e Tecnologia, FCT, e que incluiu trabalho desenvolvido para além do abrangido por esta investigação e realizado com outros investigadores da ESEC. Através do nosso trabalho neste domínio, vamos inserir-nos no concurso do Instituto Politécnico de Coimbra para uma Oficina de Transferência de Inovação e Conhecimento (OTIC), do qual fazem parte o trabalho e os projectos que vamos expor, e que o Esquema 5-1 pretende resumir. A par com o aprofundamento teórico e, dentro desse núcleo de propostas e iniciativas, estão por exemplo: i) a aplicação a outros níveis etários.

Esquema 5-1: Trabalho em resiliência

concepção	nascimento	+10 anos	jovens adultos e adultos	3.ª e 4.ª idade	final de vida
resiliência biológica	vitalidade intuitiva	vitalidade consciente inicial	resiliência consciente	vitalidade tranquila	resiliência exigente
Propostas:					
novas	♣			♣♣	
iniciadas		♣♣			
a otimizar	♦	♦	♦, optimização♣♣	♦	

Legenda do esquema: ♣extensão ♣♣da operacionalização , ♠adaptação do instrumento e ♦enriquecimento do modelo.

A este propósito, já se está a trabalhar no 1.º Ciclo do E.B. tendo-se feito duas comunicações do trabalho exploratório realizado, estando-se em co-autoria a trabalhar num 2.º artigo (1.º: Albuquerque, Parreiral e Tavares, pª publicação; Albuquerque, Tavares e Ralha-Simões, pª publicação). Temos o objectivo de avaliar a resiliência em níveis etários mais baixos e, posteriormente, estendê-la à 3.ª e 4.ª idade; ii) após um maior reajuste da grelha de avaliação em resiliência, pretende-se realizar a elaboração de um manual para a medida deste constructo referente a jovens adultos e adultos, constituindo-se como um serviço à comunidade com possibilidades mais generalizadas; iii) a aplicação a outros contextos de formação, como, por exemplo, noutras profissões de ajuda, nomeadamente no

campo da Saúde, também está a ser rentabilizada com outras Instituições Superiores na co-orientação de um mestrado. Articulado com a formação, este campo da saúde é de grande expectativa; iv) e, logo que possível, será abordada a educação em resiliência, num construtivismo com aumento de significados, articulação e reflexão com a respectiva história pessoal e, se possível, em situações reais.

Na educação formal, Palácios e outros (1992) referem que “Os atrasos e problemas estão presentes num número muito mais amplo de educandos se bem que em muitos casos a incidência é muito mais leve e de uma duração muito mais reduzida”. Em educação para a resiliência, e, segundo o realce de que a sociedade resiliente é mais útil, é de ter em atenção os dados deste estudo, no sentido de já se contar com impactos quotidianos, para além das situações pedagógicas a propor. Ao longo da vida e nesta última perspectiva, sublinhamos a utilização natural das capacidades de reserva referidas por Baltes e colaboradores (1995), mas com certeza, também a educação formal para a sua promoção (função da visão de vida situada).

Como nota, diríamos também que a curiosidade, por exemplo no 1.º ciclo, está a ser avaliada na subdimensão da flexibilidade. Ora, esta e outras características, são importantíssimas na Educação em Ciência, o que perspectiva um trabalho interessante na articulação entre diferentes áreas de trabalho.

Vejamos em particular o primeiro ponto.

Extensão ao 1.º Ciclo do E. B.

Tem sido útil a investigação com o apoio dos professores que na ESEC fazem a Formação Complementar. São profissionais com bastantes anos de serviço, abertos (por diversas razões, mas de facto disponibilizam um espaço pós-laboral, predispondo-se a trabalhar e ser avaliados) e com o seu forte envolvimento e conhecimento dos seus alunos, e em que temos disponíveis muitas instituições. Com o objectivo principal de criar uma grelha de análise de conteúdo em resiliência (testando também a adaptação actual do instrumento), os referidos profissionais aplicaram, de um modo eficaz, uma adaptação do nosso instrumento a estes níveis etários. Obtivemos assim registos de 80 crianças realizados em 3 episódios diferentes, com intervalos de aplicação de uma semana aos 3.º e 4.º anos do E. Básico. Note-se que é um nível etário para o qual a investigação refere o início da

consciência, e em que a descrição da possível auto reflexão costuma ser pobre, como temos referido. No entanto, os dados obtidos mostraram-se importantes. No início pensávamos aplicar só ao 4.º ano, mas experimentámos e obtivemos bons resultados também no 3.º ano. Os temas são adaptados à linguagem da criança. No Quadro 5-3 transcrever parte de uma resposta.

Embora tenhamos os dados há um ano (também com representações dos professores referentes aos alunos), ainda não houve tempo para os trabalhar como eles merecem. Julgamos que na posterior aplicação e avaliação em resiliência será de ter em atenção, na análise dos casos em estudo, a contribuição das representações dos pares e de professores e/ou observadores. A avaliação no Compromisso, tanto pessoal como social, ao contrário do que sucede no caso do jovem adulto, aqui deverá talvez ser mais extensa no Compromisso social e menor no Compromisso pessoal.

Quadro 5-3 – Parte de uma resposta no inventário da criança em resiliência (Icriança-RES)

EU TENHO... campo	
<input type="checkbox"/>	Eu to(?)nho gosto por conhecer novas pessoas e terras.
<input type="checkbox"/>	Eu tenho 3 pessoas que gostam de mim mesmo quando me porto mal.
<input type="checkbox"/>	Eu tenho amigos que ajudam a resolver os meus problemas.
<input checked="" type="checkbox"/>	Eu tenho pais que me preocupam de mim
<input type="checkbox"/>	Eu tenho um(?) irmão que é ---- mesmo brincadeiro.
(sic; (?) não há a certeza da letra)	
...	

Legenda:

☒

simboliza as frases que entendeu mais importantes

☐

simboliza as frases que entendeu serem mais frequentes

Se o escrito já foi bastante rico, para o inscrito será bom contarmos com a análise através das internas representações em *working models* (Noam e Fischer, 1996).

O inventário em resiliência para o 1.º Ciclo do E. Básico foi conhecido na escola com a designação do “Bem-estar” (pois assim reza a capa do instrumento). Os alunos reagiram bem e os professores também.

“Eu penso que foi uma boa porque podemos desabafar. (...) Os temas foram uns passatempos muito giros.”; “Eu gostei de fazer as fichas porque foram engraçadas. (...)”; “(...) Por isso quando esto bem e feliz gosto de fazer estas finhas (fichas?) que tem o título (...) eu acho esta inisiativa é muito voa. (...)”; “Gostei muito destas fichas gostava de repetir. O bem estár para mim foi espectacular adorei muito. Estava cheio de curiosidade para ver o fim do bem estár. Conteí os meus segredos descobri que não posso andar à purrada com os meus colegas. (...)”. (sic).

Extensão à criança

Há perfis resilientes aos 3 anos de idade. Quais os processos de construção da resiliência? Vimos que há algum calendário de maturação directamente ligado ao domínio em estudo, mas há investigação muito minuciosa onde julgamos que o trabalho de Brazelton é um conhecimento importantíssimo, pois implica a unidade de investigação criança-envolvente em interacção profunda, considerando também a criança diferente. A criança e a envolvente atentas, que se adaptam, (teste da bola vermelha, dos diferentes sons inicialmente inquietantes), para além da mãe, dos novos papéis que hoje também são assumidos pela figura do pai, o de outros cuidadores, e o pouco conhecido papel dos irmãos, são agentes de mútuas resiliências que se vão transformando. Para além da avaliação da resiliência individual, o “nós temos”, “nós somos” e “nós podemos”, seria uma linguagem resiliente cuja utilização se poderia tornar interessante. Mas primeiro gostaríamos de estar bem atentos aos “touchpoints”. Temos os “berçários” desde os 4 meses, creches, jardins de infância e respectivos profissionais e populações também de pais e irmãos (que estão à espera do irmão que está para nascer!). Por outro lado, a Escola Superior de Enfermagem, de Saúde, e Organizações Não Governamentais são valências

para formação (com diferentes graus de profundidade), para a investigação e para serviços à comunidade.

Para este nível etário indicaríamos a investigação de Brazelton, a nossa operacionalização e o denso conhecimento em ligações fechadas associado aos internos *working models*.

3.^a, 4.^a idade, finais de vida e a pessoa diferente

A maior longevidade, numa cultura ocidental exigente e de práticas básicas de saúde, precisa de um tipo de resiliência que no nosso modelo chamamos tranquilo. Noam (1996) refere este facto e associa-o a situações nem sempre agradáveis. Na nossa operacionalização não o entendemos exactamente assim. Perspectivamos uma maturidade que, se conduzir a um bem-estar tranquilo e activo/com vitalidade, terá valor M no Compromisso pessoal da avaliação em resiliência. Caso o bem-estar seja ansioso, teria um valor negativo na referida subdimensão. No caso do jovem adulto e nesta subdimensão (Quadro Ic), de um modo equivalente a ponderação positiva (externa) está relacionada com um bem-estar activo. Mas parece-nos que, nesta extensão do nosso trabalho, podemos continuar a ter os mesmos temas na operacionalização: envolve-se, actua confiante/tranquilo e muda.

Ao tentarmos aplicar a este nível etário a adaptação do nosso instrumento principal, então poder-se-á ter uma visão mais realista da hierarquização dos indicadores e respectivos máximos níveis, MNi's.

De notar que parece existir um silêncio sobre a educação para a resiliência nestas situações, em que a intuição emocional subjaz à orientação das diferentes expressões humanas (Baltes *et al.*, 1996).

- ***Apontamentos Finais***

No âmbito da promoção da saúde, de orientação cultural, gostaríamos de *realçar* o tema, sublinhar uma justificação de *potencialidades*, e dar visibilidade a uma *questão*.

Ao fazer a *introdução* a estes apontamentos finais, vamos utilizar uma frase, já conhecida, de Tavares (Tavares *et al.*, 1998), ao enunciar a resiliência como “um termo novo, de uma

realidade antiga, que está muito na moda”. O “termo novo” pode apontar a perspectiva da evolução científica de um conceito, mas também a sua construção pessoal, ou seja, por exemplo, actualmente o meu próprio constructo de resiliência. A “realidade antiga” representa uma área de preocupação do mundo científico, a marginalização, em que foi bastante forte a iluminação sobre o risco. A propósito gostaríamos de deixar aqui a advertência da investigação americana de Karr-Morse, em que afirmou, em 2002, que 1 em cada 20 bebés nascidos nos Estados Unidos viriam a ser adultos agressivos, devendo-se apontar o esforço para a prevenção do risco e a promoção da saúde na educação para a resiliência. O “estar muito na moda” pode lembrar o carácter institucionalmente humano da investigação científica e o facto da existência de um défice de investigação neste campo, nomeadamente em Portugal. A motivação é sempre complexa, mas, por exemplo, é provável que surja o envolvimento pelo sair da rotina científica, pela curiosidade noutras perspectivas e visões, pelo emergir de campos de oportunidade afins. Mas igualmente pode ser bastante frutuoso revitalizar domínios científicos. Dependem também da “moda”, mas podem-se concretizar muitos diálogos escritos (ou não) e pouca investigação. É importante obterem-se resultados que orientem ou reordenem o estudo.

Passamos a *realçar* o facto de presumirmos que, uma das causas do tema estar “muito na moda”, pode estar associada à sua utilização em diferentes áreas. Então, do nosso estudo, parece provável que tenha surgido uma clarificação de um constructo, que de um modo simplificado, é entendido como uma estrutura do desenvolvimento responsável por um funcionamento saudável e, portanto, se possa tornar numa efectiva contribuição social. Assim, por exemplo, perspectivamos os futuros estudos na criança e no fim de vida, como clarificadores, mas exigindo um trabalho conjunto com outros profissionais e cidadão comum, o que ainda é difícil na cultura actual. Este trabalho na complexidade (neste caso de experiências e hábitos diversos) pode levar-nos para uma justificação das potencialidades da conceptualização e medida em resiliência.

Em primeiro lugar, diríamos que, para nós, as *potencialidades* deste estudo podem estar relacionadas com uma medida que é justificada por um modelo. Este último, que se vai enriquecendo com a investigação, é essencial, pois é raiz, dá visibilidade ao fundamento por que se optou; é prático, pois a medida que nessa existência se baseia, constituída pela operacionalização e construção de instrumentos, pode-se aplicar à investigação concreta.

Este modelo e medida em resiliência humana, na nossa perspectiva, foram, são e serão úteis, pois tornaram possíveis este trabalho e propostas de novos trabalhos, anteriormente sublinhadas. Este estudo acolhe uma perspectiva integradora, holística, da avaliação e do funcionamento de um constructo dinâmico. Para a sua aplicação, por exemplo, na formação de profissionais de ajuda, a elaboração do manual de avaliação em resiliência para o jovem adulto é da maior importância, pois aumenta as potencialidades da sua utilização e concomitantemente clarificará o tema.

A emergência de uma clarificação “ilumina novas sombras”. Como exemplo, iremos dar visibilidade a uma *questão*.

Na nossa avaliação e relativamente à de Kobasa, o Compromisso social é mais abrangente, pois inclui qualquer domínio da adversidade (e não só o compromisso profissional). Esta medida parece que se tem mostrado útil ao terem-se utilizado diferentes graus de inserção social. No entanto, perante a adversidade, os processos que finalizam nesses graus de inserção, talvez sejam outras “pontas do iceberg” do funcionamento humano. Esta interrogação aponta para o facto destes processos se poderem tornar importantes na educação em resiliência. As representações dos diversos interactuantes poderão perspectivar/enquadrar uma solução.

E a *finalizar*, sublinhamos que este trabalho coloca a problemática do impacto quotidiano da adversidade no centro da discussão. O presente estudo aponta para os diferentes níveis de significado, para a defesa mas também para a eficácia no gerir saudavelmente multiconfigurações de obstáculos, em que se inclui a variação de contexto que, por exemplo, o Programa Erasmus proporciona.

No Portugal que dizem não ser muito eficaz, os currículos e outros espaços no Ensino Superior devem ser questionados para que se clarifiquem as defesas, as optimizações, mas também as estruturas pessoais e seus rearranjos, no sentido da absorção saudável da adversidade de todos os dias.

Se existem altos graus de resiliência que rondam um terço da população (Kobasa, 1979), cientificamente é de nos interrogarmos, por exemplo, como educar uma maior população para esta capacidade que dizem ser universal. Após o início da investigação neste campo,

impõe-se que se optimizem resultados portugueses sobre estes conteúdos e se enriqueçam investigações pelo cruzamento de saberes múltiplos e culturalmente diferentes.

Admitimos que esta investigação seja um pequeno passo que possa contribuir para o muito que há a fazer no sentido da formação poder ser mais clara e talvez mais eficiente, mas também mais saudável (Anthony, 1974). Talvez este percurso científico assuma um caminho, por ventura indispensável, e torne cada vez mais exigente a abordagem ao tema da resiliência.

ANEXOS

INSTITUTO POLITÉCNICO DE COIMBRA
ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO
PCM (Simões)

Data _____, **Ano** _____ **Turma** _____ **Grupo Trabalho n.º** _____
Nome _____

Tens 6 questões. Pede-se que dê a tua opinião sobre os vários assuntos considerando-os um de cada vez. Tenta escrever pelo menos três frases, sobre cada um deles.

Não há respostas certas ou erradas: pretende-se apenas conhecer as tuas ideias e opiniões pessoais sobre os assuntos. Exprime aquilo que realmente pensas, não te preocupando com o que achas que os outros pensam ou com o que eventualmente deverias pensar.

Tens cerca de três minutos para responderes a cada um deles. Espera a indicação antes de passares a uma nova questão.

1. O que eu penso acerca das regras...

2. Quando me criticam...

3. O que penso da autoridade dos pais...

4. Quando não estão de acordo comigo...

5. Quando não tenho a certeza de qualquer coisa...

6. Quando me dizem o que tenho que fazer...

INSTITUTO POLITÉCNICO DE COIMBRA
ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO
FIPE (Ralha-Simões)

Data _____, Ano _____ Turma _____ Grupo Trabalho n.º _____
Nome _____

Tens 8 questões. Pede-se que dê a tua opinião sobre os vários assuntos considerando-os um de cada vez. Tenta escrever pelo menos três frases, sobre cada um deles.

Não há respostas certas ou erradas: pretende-se apenas conhecer as tuas ideias e opiniões pessoais sobre os assuntos. Exprime aquilo que realmente pensas.

Completa as frases seguintes:

1. A maior parte das pessoas pensa que as(os) professoras(es)...

2. Uma(~~a~~) professora(~~a~~) sente-se bem quando...

3. A pior coisa que há em ser professora(~~a~~)...

4. As (Os) professoras(es) têm sorte porque...

5. Estar com crianças...

6. Uma(a) professora(a) deve sempre...

7. Para uma(a) professora(a) a profissão é...

8. Uma(a) boa(bom) professora(a)...

INSTITUTO POLITÉCNICO DE COIMBRA

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO

RES (Albuquerque e Tavares)

Nome: _____
data _____ local _____ sexo _____ idade _____
ano/Curso _____ Rendimento (nota de ingresso) _____

INSTITUTO POLITÉCNICO DE COIMBRA
ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO
COMPQUEST (Albuquerque e Tavares)

Data_____, Ano_____, Turma/Curso_____

Nome_____

1. Ao olhar as respostas aos documentos que elaborou em momentos diferenciados, acha que são muito diferentes?

2. Quais as características que lhe parecem ter diferente intensidade de vivência?

...

3. Presentemente consegue controlar-se com facilidade?

4. Geralmente gosta e consegue resolver sozinha/o as situações que sente difíceis?

5. Por vezes há anos em que nada de especial se passa! Parece-lhe que 2002/2003 foi simplesmente mais um ou, pelo contrário, teve um ou dois momentos marcantes para o seu modo de estar?
6. Caso existam, descreva-os sumariamente não necessitando de explicitar pessoas ou locais em particular.

7. Sobre 1999/2000: entende que está a ter uma influência importante para o seu modo de estar? Em que aspecto?

8. Sobre 1997/1998: entende que está a ter uma influência importante para o seu modo de estar? Em que aspecto?

Outras questões:

Desde já agradecemos o vosso tempo e disponibilidade

9. agora relativamente ao ano de 2003/2004: tente lembrar-se dos seus momentos marcantes associados ao modo de estar e enfrentar as situações difíceis. Caso existam, descreva-os sumariamente

Desde já agradecemos o vosso tempo e disponibilidade

NOTAS

¹ Em português Damásio traduz *self* por si, razão pela qual passaremos a utilizar esta última designação.

² Neste movimento, a fundamentação deriva da teoria geral dos sistemas de Bertalanffy (1973) com ligações a abordagens desenvolvimentistas (Simões, 1994).

³ Expressão que, num país dito desenvolvido e na área de saúde, corresponde à intervenção na população.

⁴ Repare-se na designação do Ministério Canadiano em 1974. De sublinhar igualmente a designação do Departamento Americano de Richmond em 1979: Departamento da Saúde, Educação e Bem-Estar.

⁵ Assim a designa Richmond.

⁶ Resolução WHA30.43 na XXX Assembleia da OMS.

⁷ Adler definiu inicialmente estilo de vida “(...) adaptação activa do indivíduo ao meio social, desenvolvendo-se como pessoa única da necessidade simultânea de integração e de diferenciação desse meio social” (Papanek, 1975).

⁸ Hancock, T. e Dual (1986) Promoting Health in the Urban Context. WHO Health Cities Papers, n.º 1, Copenhagen: FADL.

⁹ Julgamos que a “pneumonia atípica” trouxe outra perspectiva de saúde pública e, neste contexto, do papel saudável de cada um. Numa cultura global, as palavras chave foram, globalizar a resolução, clarificar e isolar. Através do medo saudável, através da resiliência individual e colectiva, foi possível controlar o perigo da falta de saúde da população humana. Também perante o terrorismo disperso devemos estar atentos à construção desta capacidade individual (e colectiva).

¹⁰ de Dinner e colaboradores, 1985 (validação da escala com Simões, 1992).

¹¹ Em fins de vida ou doenças crónicas, por exemplo.

¹² para além dos factores de risco.

¹³ Com Rutter e Rutter (1992), a protecção engloba principalmente a resistência, como a manutenção e não optimização. Embora, nos 4 mecanismos mediadores da promoção da protecção, o 4.º considere a abertura ao novo, para estes investigadores só têm efeitos efectivos em momentos de viragem, nos ‘*touching points*’, e portanto os resultados são muito esporádicos, razão porque inicialmente utiliza com muito pouca frequência o termo resiliência (Cowan, Cowan e Schulz, 1996).

¹⁴ Ver os termos em que Rutter lhe agradece esta contribuição científica em 1992.

¹⁵ não *ruminativa*.

¹⁶ Para idade mais avançada, há indicação de menor desfasamento entre o *self* ideal e o real, (Cross e Markus, 1991; Ryff, 1991; Dittmann-Kohli, 1991).

¹⁷ Consideram a optimização entre o atingir uma meta ou esperar por melhor oportunidade (controlo 1.º e 2.º no modelo dos dois processos de controlo, Heckhausen *et al.* 1995).

¹⁸ de substituir por outras metas

¹⁹ Na revisão de literatura final (existência, nos últimos 3 anos, de investigação no jovem adulto que fala o português) encontramos dois artigos interessantes que são de ter em conta para futuros trabalhos e discussão com os autores (Pesce *et al.*, 2005; Pesca *et al.*, 2004) e um sobre o programa oficial da Califórnia em escolas secundárias. Há o estudo sobre a “adaptação à população portuguesa (escolas públicas no Rio de Janeiro) da escala de resiliência desenvolvida por Wanild e Young (a validade do constructo demonstra uma correlação directa e significativa com a auto-estima, supervisão familiar, satisfação com a vida e suporte social) (Pesce *et al.*, 2005). Uma outra referência da revisão analisa a relação da resiliência com situações de vida desfavoráveis e factores de protecção (Pesce *et al.*, 2004).

E a última refere-se ao programa oficial californiano de “Safe and Healthy Kids” em que, desde 2003-2004, o California Department of Education (CDE), nas escolas secundárias públicas e de dois em dois anos, avalia a resiliência do suporte social em todos os distritos.

Em Portugal, via internet, encontram-se várias reflexões sobre este constructo, nas quais ainda não é referida a finalização de investigação.

²⁰ pois fundamenta o constructo a partir de uma matriz de uma personalidade existencial na compreensão do *self*, do mundo e da respectiva interacção/transacção (Kobasa *et al.*, 1979; Ouellette *et al.*, 2001).

²¹ Que, com o seu código genético e a envolvente social, tem possibilidades psicológicas que vão muito para além das biológicas (Miranda Santos, 1989), mas que as retém enquanto lhe são úteis (Damásio, 2001).

²² Mais ou menos adequada, mais ou menos funcional, na perspectiva de D. Hunt (cognitiva e de orientação interpessoal) e de Block, e portanto mais ou menos saudável. Ela é sublinhada por Ralha-Simões (2001), como veremos em 1.2.1.

²³ Talvez com facilidade, ou pelo menos, com condições mais propícias

²⁴ A sua tradução actual aponta para o desafio na adversidade, mas pode ser encarado na perspectiva da génese do conceito de risco (no tráfico marinho) em que era oferecida vantagem aos mais fracos (tradução,

generalizada e actual, utilizada no jogo do golfe): antigamente o dono da mercadoria a transportar por mar estava numa situação mais fraca pois era grande a probabilidade de ficar sem ela, razão pela qual se iniciou o seguro e empresas seguradoras. Este aspecto está descrito de um modo extremamente interessante em (Cowan *et al.*, 1996).

²⁵ Vaz Serra (1989) também considera *hardiness* como um traço.

²⁶ Como a construção da cultura, do conhecimento, da informação, do bem-estar subjectivo, do lazer, etc.

²⁷ Existenciais, espirituais e religiosos (objectivos gerais de vida, abertura da sobrevivência à esperança, à relação e seu conteúdo, à relação com Alguém superior, etc.)

²⁸ Interiores, como o nosso próprio aspecto físico, funcionamento fisiológico bem como a envolvente física exterior.

²⁹ Neste momento vamos utilizar um Esquema e um Quadro múltiplo: o Esquema 1.2 *Alguns testemunhos e avaliação da funcionalidade da criança associada à resiliência* (investigação também com referência ao outro, até aos 12 anos- e.g., Hagekull, 1994); e Quadros 1-1 (2.º e 3.º) *Variação da sociabilidade dos 3 aos 4 anos de idade e outras dimensões básicas na investigação da criança* (Hagekull, 1994). Outros aspectos da investigação deste investigador figurará no 10.º Anexo.

³⁰ As respostas aos instrumentos Q-set de Block são designadas por Q-sort. Para a avaliação da variação do funcionamento humano, ou desenvolvimento do temperamento/personalidade ao longo do tempo, neste caso em crianças, são utilizadas as respostas Child Califórnia Q-sort (CCQ-sort), com os vectores dinâmicos da egoresiliência e egocontrolo.

³¹ Este aspecto ainda não era claro em 1975 para Buss e colaboradores, mas de algum modo é ultrapassado com Digman (1989 e 1990), ao trazer uma ambivalência da sociabilidade relativa às 5 dimensões do B5. Como nota, temos referido que (C),(E) e (A) são 3 das 5 dimensões do B5 (anexo 1). No quadro deste autor da *Inferência das Dimensões B5: Crianças dos 4 meses aos 4 anos* (no 10.º anexo), estão indicadas 4.

³² uma correlação negativa do nível de impulsividade com a persistência aos 3 anos, passando-se à observação de uma correlação positiva com a intensidade/actividade aos 4 anos.

³³ E, dentro desta envolvente com quem interage, a forte relação com o educador em que, por exemplo, a imediata imitação diferencial, a confiança e a ordem/obediência (conformismo), parece ser o tipo de interacção predominante na experiência do dia a dia da criança.

³⁴ Rothbart, em 1989, está **entre os primeiros** na exploração das relações entre os diferentes temperamentos na infância e a personalidade na adultez (Pedroso de Lima, 1997).

³⁵ Aos indicadores associa a sua descrição e um exemplo. As 15 categorias são as seguintes: Nível de actividade motora; zanga/frustração; aproximação; atenção focada; desconforto ; medo (antecipação de 1 tipo de desconforto); prazer de alta intensidade; impulsividade (aqui representa velocidade na iniciação de uma resposta. [≠ de avaliação de Hagekull]); controlo inibidor; prazer de baixa intensidade; ‘percepção da sensibilidade’; tristeza; timidez; sorriso e riso; *habilidade de suavizar e descida de reactividade*. Ver Rothbart, 4.º anexo.

³⁶ Inclui nos precursores a emocionalidade positiva, E⁺, algumas ligações à extroversão, instabilidade emocional e o sistema da atenção autoreguladora, ligado à dimensão da consciência (no B5).

³⁷ Os de pior recuperação ou sem recuperação: n.ºs 44, 45 e 46 pertencem aos itens que pior descrevem a egoresiliência (Caspi e col., 1998).

³⁸ atendendo só a situações ‘negativas, difíceis’. (Em nota queremos dizer que, na tradução dos itens, se enfatizou o conteúdo, não tendo existido o cuidado de utilizar uma linguagem adequada à criança).

³⁹ Note-se que Rutter (2002) considera a “adaptação física”, com sentido de auto-eficácia e eficiência, e a “habituação psicológica”, uma redefinição cognitiva da própria experiência fisiológica das emoções e formação de estratégias.

⁴⁰ Em química, a solução *buffer*, corresponde à manutenção constante da concentração de uma determinada espécie química (e.g., H⁺_{aq}).

⁴¹ Em *turningpoints*, ou pontos de referência.

⁴² Segundo Damásio (2003ab) só há 10 anos cientificamente se fala no surgir da emoção e só posteriormente o sentimento, com a correspondente percepção, em 1.º, e só depois a sensação.

⁴³ é ‘o aqui e agora’, que Damásio em 2000 propõe como consciência nuclear, associada às realçadas modificações do proto-si (este último é constituído pelo estado do corpo permanentemente actualizado que Damásio designa por mapas neurais de 1.ª ordem).

⁴⁴ Com consequências da falta de aprendizagem com a lesão da região pre-frontal em crianças, diferentes da situação com adultos (Damásio, 2003a,b).

⁴⁵ Como vimos na “diferenciação de conceitos”, esta investigadora sublinha uma específica acção (*e.g.* de *coping* e de adaptação, no sentido piagetiano). Na nossa proposta de avaliação em resiliência, a acção encontra-se em todas as 3 dimensões.

⁴⁶ E, considerando o sentido dos protótipos de Block (1961/78) (em que se descreve perfis gerais e não específicos/individuais).

⁴⁷ Ou, como Damásio realça (2002), as emocionalidades negativas ligadas à preservação e as positivas associadas à utilização de uma oportunidade.

⁴⁸ O pensamento não pára pois a noção de objecto é muitíssimo ampla e portanto, quando acordado e mais algumas excepções, há sempre um estímulo interno ou externo que se pode tornar impulsor da interacção organismo-objecto. Normalmente, Damásio (2000) refere que prestamos atenção a mais do que um objecto ao mesmo tempo.

⁴⁹ No dizer deste investigador, na emoção pode-se considerar a sua indução, execução e projecções. Já sublinhámos que muito raramente o humano consegue contrariar completamente todo este funcionamento. Segundo escreveu (2000), uma excepção, talvez devida ao grande exercício de auto domínio, foi o resultado dos testes com Maria João Seixas no seu laboratório, em que a condução eléctrica da pele também estava controlada, o que não era esperado (Damásio, 2000). Para além das projecções, desse comportamento externo das emoções, há as respectivas zonas de indução e de execução, mais interiores, e então, tiranas

⁵⁰ É proposto que a zona neurológica da indução da emoção (sem considerar a amígdala e córtice prefrontal ventromediana) seja coincidente com a da consciência nuclear (1.º nível da consciência). A zona de regulação da atenção e do estado de vigília, localiza-se na parte superior do tronco cerebral e tálamo (pertencentes também à consciência nuclear e indução da emoção) (Damásio, 2000).

⁵¹ Na investigação da última meia dúzia de anos, são conhecidos 70 planetas exteriores ao nosso sistema solar (1994 foi encontrado o 1.º planeta fora do nosso sistema solar) e, em Novembro 2001, surge o primeiro com atmosfera! (mas nem todas as atmosferas possibilitam maior complexidade da matéria). Hoje, formas de vida bem simples talvez estejam em zonas de alguma profundidade da crosta terrestre (ou de outros planetas) com alguma profundidade.

⁵² No humano a ligação é psicológica, em que estão incluídos todos os aspectos (físico, biológico e psíquico [e consciente]) (Miranda Santos, 1989, 1990).

⁵³ É mais fácil falar do que todos experimentamos, embora com intensidade e duração diferente.

⁵⁴ Considerando básico, na resiliência, a integridade do si. De notar as referências dos diferentes níveis de emocionalidade aos diversos níveis do si.

⁵⁵ Na sua reflexão, “(...) são sobrevivências heróicas das doenças neurológicas: os indivíduos com lesões das amígdalas e ventromedianas conservam-nas, mas não sobrevivem quando a consciência nuclear está comprometida”. Esta última afirmação é bem importante **em resiliência** pois é uma referência ao menor nível do **si** (consciente, pois estamos a reflectir sobre o menor nível do processo emocional de que podemos tomar consciência).

⁵⁶ Sendo também muscular, mas não tão ligadas à expressão facial.

⁵⁷ Para além de cognitivamente ter conhecimento do que será o conteúdo sobre o medo, o que poderá causá-lo e até o que deve fazer nessa situação (é percebido mas não valorado: ver Quadro 1-4)

⁵⁸ As emoções 2^{as} consideradas em 2000, estão no Quadro 1-5, e em 2003 Damásio expõe os seguintes 4 grupos: embaraço, vergonha e culpa (a base diz estar no medo, tristeza e tendências submissas); simpatia e compaixão (como base no apego/vinculação e tristeza); desprezo e indignação (como base no nojo e zanga); espanto, admiração, elevação, gratidão e orgulho (como base na felicidade e alegria).

⁵⁹ Num funcionamento normal, os seres sociais necessitam de um sinal diferenciador e de reconhecimento dos membros do seu grupo. A face parece ser no humano o sinal distinto e mais apto a assumir este papel. Sergente em 1994 verifica o tratamento neurológico específico da face em relação aos outros objectos, como referimos anteriormente (Albuquerque, 1997).

⁶⁰ De notar que, no artigo de Caspi (2000) “a criança é o pai do homem”, este investigador vem revelar (sublinhando que as possibilidades educativas do humano parecem ser imensas mas a realidade parece ser outra) a difícil regulação do comportamento em que está incluída a regulação emocional.

⁶¹ regulação emocional/comportamento (através do registo da atenção), e sobre a emoção e acção (através do egocontrolo).

⁶² E na velhice, em relação a algumas doenças (Staudinger, Marsiske e Baltes, 1995)

⁶³ Heckhausen e Schulz (1995) consideram o C1.º envolvendo uma acção directa do indivíduo alterando o mundo de modo a atender aos seus desejos e necessidades e, dentro destas, ao seu desenvolvimento. O C2.º diz respeito aos ajustamentos cognitivos realizados pelo indivíduo para se adaptar à realidade envolvente, com a principal função de minimizar as perdas bem como manter e ampliar o C1.º. Estes autores pretendem

associar o C1.º especificamente a uma acção inteiramente externa do indivíduo e o C2.º a uma acção interna, cognitiva, o que não sucede exactamente em Rothbaum e colaboradores, razão pela qual há um ligeiro reajuste de mais algumas situações de C2.º. Esta permissão de ser controlado pela envolvente (o C2.º) é diferente de alienação, do incontrolável, de desistência e de desamparo. Com estes autores, a primazia do C1.º está associada à satisfação das necessidades do seu potencial de desenvolvimento, para além da concretização da sua competência.

⁶⁴ Estes investigadores diferenciam “(...) o *ótimo grau de controlo*” e “(...) o *ótimo balanço entre estes dois processos*” (Rothbaum *et al.*, 1982).

⁶⁵ Como nota, gostaríamos de explicitar os seguintes aspectos: Para além de entendermos interessantíssimo o modelo dos 2 controlos, do C1.º e C2.º, concordamos fortemente com ele no sentido de considerarmos tão importante a actividade interior da equilibração cognitiva (com assimilação e acomodação) bem como a actividade exterior, uma acção no mundo que nos rodeia, razão pela qual estamos de acordo com esta analogia, a analogia A- correspondendo à escolha do título do artigo, Mudar o Mundo e Mudar o Si, associado aos C1.º e C2.º, respectivamente.

⁶⁶ Parece que, neste caso, os autores associam uma maior flexibilidade ao C2.º, ou na analogia, ao processo de acomodação. Entendemo-la menos feliz pois não está em causa só a flexibilidade. A analogia B não é consistente com a primazia do C1.º. Perante a assimilação e a acomodação, este último processo corresponde a um salto importante, talvez mais demorado e mais difícil, porventura parte da justificação pela qual a Ciência não muda de paradigma tão facilmente, como a Filosofia o tem analisado.

⁶⁷ Damásio (2000) faz uma referência à personalidade múltipla, mas realça que, no seu modelo dos diferentes níveis do si, há a possibilidade de existência de diferentes si's autobiográficos associados a esta multiplicidade, mas é essencial a existência de um só si nuclear, referência biológica primordial de um determinado organismo.

⁶⁸ Mecanismos de optimização anteriormente assinalados.

⁶⁹ Nós atribuímos também uma função protectora, ficando os mecanismos de risco para situações que apontam saídas precárias associadas, por exemplo, a uma falta de história de controlo, “ruminação” cognitiva (acima referida) e passividade inadequada.

⁷⁰ Termo empregue pelos investigadores citados, expressando o sentido de serem atribuições manipuladas.

⁷¹ Por nos parece ser suficientemente explícito, não será objecto de maior descrição.

⁷² A saber: realização académica; regulação da auto-aprendizagem; actividades de lazer e extracurriculares, envolvendo principalmente actividades de grupo; auto-regulação na resistência às pressões de pares em actividades de risco (álcool e droga) e comportamentos transgressivos; eficácia social (crença de capacidade para iniciar e manter relações sociais, trabalho cooperativo e domínio de conflitos interpessoais); assertividade (voz às suas opiniões, recuperação perante a hostilidade e recusa a pressões não razoáveis); empatia no encontro com as expectativas dos outros.

⁷³ Pois decorreu da investigação (menos conhecida) na autoconsciência pública e privada.

⁷⁴ E biologicamente referido ao próprio corpo (Damásio, 2000), como vimos.

⁷⁵ A timidez consta do item n.º20 e, associado à gregariedade, corresponde ao 2.º nível do Compromisso social (ver Quadro Ic e, *e.g.*, Quadros IId, em anexo).

⁷⁶ Embora associadas a diferenças culturais, ocidente/oriente (*e.g.* Campbell *et al.*, 1996).

⁷⁷ Assim, após **fracasso**, Heckhausen e outros (1977, 1984, 1995) descrevem o controlo secundário (C2.º): 3 anos- negação ou desculpa; menos de 3,5 anos- redução do nível de resposta, atribuição personalista; mais tarde- resposta tardia e evasiva e auto-atribuição da incapacidade (Heckhausen, 1984). A vergonha surge mais ou menos um ano mais tarde da demonstração de orgulho (ver Damásio, 2000 e Kagan, 1998).

⁷⁸ Antes do aparecimento da consciência, a auto-estima também não pode existir mas, intuitivamente o indivíduo, pode responder de acordo com a experiência das suas emoções. A intuição é um nível de significado, correspondendo à consciência biográfica, no modelo de consciência de Damásio (2000).

⁷⁹ Sobre o qual Vaz Serra elaborou o seu Inventário Clínico do Autoconceito utilizando só a área social e emocional (1986). Considera 20 itens e 6 factores, sendo os 2 mais importantes a aceitação/rejeição social e a auto-eficácia.

⁸⁰ De notar que, Fleming e Courtney (1984), ao estudarem o AC segundo Shavelson e portanto numa visão funcional de uma estrutura cognitiva hierárquica, vêm lembrar que, o que era designado por auto-estima desde os primórdios da psicologia, pode ser ligado ao AC com uma equivalência a um constructo bastante global, mais abrangente e hierarquicamente superior.

⁸¹ Isto faz lembrar a construção desta capacidade individual de resiliência a par da capacidade de resiliência do contexto e os 3 tipos de transações propostas por Caspi (1995, 2000): as transações reactivas, as evocativas e as pró-activas.

⁸² Obtiveram, para este constructo, 2 critérios externos: a estabilidade e a consistência de autodescrições.

⁸⁴ Baltes *et al.*, 2000, também estudam o bem-estar no ocidente mas **em culturas** de diferente grau de organização (a alemã, relativamente à canadiana) parecendo revelar-se uma correlação positiva entre os níveis de **bem-estar subjectivo** geral e o funcionamento da sociedade, nomeadamente o grau da sua estruturação (o número de regras a cumprir, *e.g.*). Note-se que Grotberg (1995), para a educação em resiliência individual, entende importante o estabelecimento e clarificação das regras a cumprir.

⁸⁵ que passaremos a designar sem aspas, considerando-o não um adjectivo mas um conceito científico

⁸⁶ “*Self-Consciousness Scales*”

⁸⁷ No entanto foi reanalisada por Trapnell e outros (1999), tendo surgido importante a diferenciação do conceito de reflexão e *ruminação* nas diferentes dimensões da autoconsciência.

⁸⁸ Como já enunciámos, FFM representa um modelo da personalidade que compreende 5 dimensões, hoje em dia de maior consenso: falta de controlo emocional ou neuroticismo (**N**); extroversão (**E**); amabilidade (**A**); consciência (resolução de problemas) (**C**); e abertura a novas situações (**O**) (Pedroso de Lima, 1997).

⁸⁹ continuando, “(...) Assumimos outras possíveis e importantes distinções motivacionais, tanto dentro como para lá destas categorias” (idem).

⁹⁰ O modelo FFM é uma base comum de análise, como aqui está a ser utilizado. Pais Ribeiro e colaboradores vão servir-se desta ferramenta, por exemplo, no estudo sobre a “Influência do Autoconceito e da Ansiedade na Saúde de Estudantes Universitários” (2000).

⁹¹ Na expansão deste sentido, e no nosso modelo, nós apelidámos um indicador de ‘**preocupação com o autodesenvolvimento**’.

⁹² Para estes investigadores e segundo FFM, o perfil dos diferentes factores é o seguinte: Ansiedade Social - associada ao **N** e alguma ligação à extroversão (**E**, neste caso de valor negativo); Autoconsciência Pública - ligada à dimensão **N** e talvez uma ligeira associação à extroversão (**E**, de valor positivo); Autoconsciência Privada - associada a **O**; e 2 subescalas de Autoconsciência Privada: Auto-reflexão (AR) - associadas a uma mistura de **O** e **N**; Avaliação de Estados Internos (AEI) - associada a uma mistura de **O** e “(...) e algo mais (...) provavelmente **C** (um alerta, uma autoconsciência construtiva sobre a envolvente)” (Trapnell *et al.*, 1999).

⁹³ Também “(...) os resultados sugerem que os efeitos de Autoconsciência Privada no autoconhecimento são devidos à sobreposição de Autoconsciência Privada com a reflexão (e não com a autofocagem privada, por si só). Continuando com estes autores, a reflexão “(...) demonstra uma forte e mais robusta associação (do que o Autoconsciência Privada) com outros julgamentos semelhantes do *self*, como o autoconhecimento psicológico voluntário e traços associados a realces do processo de informação, como a necessidade de cognição. As associações de Autoconsciência Privada com todos estes critérios é fortemente mediada pela reflexão”.

⁹⁴ *o conteúdo sublinhado no texto é coerente coma abrangência da designação cultural sobre saúde/doença anteriormente referida (ver Esquema cronológico da saúde/doença).

⁹⁵ Neste momento importa realçar a mudança de orientação para a saúde. De notar que em 1982 Kobasa já emprega o termo saúde/doença que é uma designação actual. Utilizamos a designação de doença e saúde entre aspas, referindo-nos à sua utilização historicamente situada.

⁹⁶ Podemos já considerar aqui a incipiência do actual conceito de um contínuo estado de saúde/doença.

⁹⁷ O desânimo aprendido de Seligman (1975), parece estar associado à ausência da referida energia pessoal proposta para a descrição de *hardiness*.

⁹⁸ No estudo da sua tese são trabalhadas 670 respostas, tendo obtido dois grupos discriminantes: 86 que sofrem de alto *stress* sem ficar doentes e 75 de baixo nível em *hardiness*. Dos 670 indivíduos em estudo, no 4.º e 5.º ano da investigação longitudinal e prospectiva são analisados 259 quadros médios e superiores de empresas, de 32 a 52 anos, com uma média de 48 anos de idade.

⁹⁹ para replicação, com o fim de uma adequação da função discriminante,

¹⁰⁰ em segundo lugar surge o compromisso com a envolvente, neste ser activo quotidianamente.

¹⁰¹ Mais à frente Kobasa explicita de novo que este modo de estar é característico da pessoa *hardy* e que Maddi (1980), *e.g.*, fala no *coping* transformacional (em oposição ao *coping* regressivo, em que há medo), encorajado pelo núcleo *hardiness*, como uma ligação conceptual entre a personalidade (baseada nestas tendências) e o ser saudável (Kobasa *et al.*, 1983).

¹⁰² Na sua perspectiva “(...) simples, comparativas e virtualmente não-convencionais” (McAdams, 1992).

¹⁰³ Características que em teatro servem para caracterizar determinado perfil de uma personagem, a máscara do teatro grego.

¹⁰⁴ Segundo Damásio o “*self*” pode ser traduzido na nossa língua, como já está no título do seu livro “O Sentimento de Si”, 2000.

¹⁰⁵ CCQ-set, instrumento de avaliação de Block de classificação de protótipos ou classes Q de California Child. Como vimos, para o adulto, há o correspondente CAQ-set. Block considera que o observador avalia a personalidade de um mesmo indivíduo através de uma descrição forçada de 9 frases ou itens por cada um dos 9 valores da escala (quadrada ou rectangular, pois ao valor médio da escala, n.º5, estão associados não 9 frases ou itens mas 12), sendo portanto muito abrangente e compreensível (Caspi *et al.*, 1994; 1996). Em 1971, segundo Block, para além do Tipo1, 2 e 3 (egoresiliente, hiper e hipocontrolo, respectivamente) surge também : Tipo 4- Tardio Ajuste. Este último tipo, pela sua única trajectória de desenvolvimento, aponta para uma descontinuidade da adolescência para o adulto. Na adolescência, combinam as características dos hipercontrolados e hipocontrolados, mas relativamente à amostra, este perfil, em adulto, tornou-se bem ajustado; Tipo 5- Extrovertido Anómalo. Este perfil mostra uma tendência de desenvolvimento contrária ao anterior perfil. Na adolescência foram bem ajustados, resilientes, descritos como gregários, vigorosos, bem dispostos ou alegres e confiantes. Em adulto o seu ajuste geral tornou-se difícil.

¹⁰⁶ postulada em 6 pontos: ligadas por Processos Dinâmicos propõem as Tendências Básicas (de 5 dimensões: NEOCA); o Autoconceito; as Adaptações Características;a Biografia Objectiva;e as Influências Externas.

¹⁰⁷ (segundo Pais Ribeiro, 1999; para história, designações e conteúdo ver Pedroso de Lima, 1997)

¹⁰⁸ Estes investigadores (Robins *et al.*,1996), para “(...) medir o egohipocontrolado e o egoresiliente, partiram do perfil de cada elemento da amostra heterogénea de 300 adolescentes, segundo descrição CCQ-sort, e armazenaram as semelhanças perante dois perfis: o perfil do protótipo do egohipocontrolado e do egoresiliente do adolescente (Block e Block 1980), descritos na mesma linguagem, tendo obtido estatisticamente as correlações dos dois perfis com cada uma das dimensões do B5” (em itens de CCQ, em 10.º anexo, tendo como critério de confiança e validade os coeficientes estatísticos e a congruência com a equivalente escala de factores para adulto, AEF, 1986).

¹⁰⁹ Segundo Caspi, neste artigo, limitam a sua revisão aos resultados que obtiveram pela comparação entre crianças egoresilientes, hiper e hipocontroladas (designação equivalente ao perfil de bem ajustadas, inibidas e com falta de controlo, segundo a investigação deste autor), dado que estes agrupamentos foram encontrados em estudos transculturais permitindo-lhes fazer interpretações, na linha de investigações anteriores, acerca da estrutura do temperamento. Em contrapartida, o grau de generalidade dos tipos adicionais, como o reservado e o confiante, necessita ainda de ser testado noutras amostras, não sendo actualmente claro se eles fundamentam a classificação de grupos diferentes de crianças (Caspi, 2000).

¹¹⁰ Social Sciences Citation Index database. BIDS ISI Data Service.

¹¹¹ As 8 dimensões do modelo de Antonovsky, referidas por Kobasa (1983) correspondem a 8 tipos de fontes de resiliência generalizada: 1-física; 2biológica; 3artefacto-material; 4cognição; 5emocional; 6- atitude valorativa; 7relação interpessoal; 8macrosociocultural. Actualmente o modelo está organizado com 3 dimensões: compreensão, gestão e investimento (designações cuja tradução de Nunes, 1998, nos parece ligeiramente dúbia).

¹¹² Para lá da componente da interacção social, como então refere, pode-se considerar implícita a focagem do esforço no problema ou na emoção (Lazarus *et al.*, 1980) relativamente à utilização dos recursos percebidos 1) e 2).

¹¹³ Sendo a descentralidade humanizante, o gerir os impactos quotidianos que a ela estão associados, faz também parte da resiliência.

¹¹⁴ A respectiva estrutura compósita.

¹¹⁵ Esta é a designação simplificada desta subdimensão, cujo título pretende exprimir diversas vertentes, como veremos em 2.4.1.

¹¹⁶ Como vimos, Kobasa propõe “actua envolvido”, “actua confiante” e “prefere a mudança”.

¹¹⁷ De notar que a acção estará em todas as 3 dimensões, mas, pelo que acabámos de ver, nesta dimensão foi classificada só num indicador (MN3), indicando a acção de um estado geral de bem-estar.

¹¹⁸ MNi é o máximo nível atribuído a cada indicador ou categoria. Indica a sequência das máximas contribuições dos diferentes indicadores dentro de cada subdimensão.

¹¹⁹ No campo da orientação social

¹²⁰ Considerámos sempre a situação em que existe a livre vontade.

¹²¹ Assinalado no Quadro Ic, em observações: “os outros comigo”.

¹²² Dependendo também do modo de estar social da pessoa a avaliar.

¹²³ Para o que não se isola, parece-nos que a utilização de um espaço social pode ser acessível, mesmo que não tenha alto valor na extroversão (um dos 5 indicadores do B5).

¹²⁴ Sabendo e não esquecendo a interdependência (o conceito de humano como ser sociável de Miranda Santos, 1982; a orientação interpessoal de D. Hunt, 1978; a descentração de si de Loevinguer *et al.*, 1983;

subjacentes a uma definição contextual de Bronfenbrenner, 1979). A partir desta explicação passaremos a utilizar o termo “independência” como expressão do sentido de menor dependência do suporte social na resolução de tarefas.

¹²⁵ E a aprendizagem não constructiva, negativa/ou ruminação, será outro extremo, também importante na avaliação em resiliência, que concretamente se tem traduzido no nível de bem-estar, MN3 do compromisso pessoal e na falta de controlo, MN1 do controlo emocional e de tarefa.

¹²⁶ De notar que o impacto, nessa situação, absorve a educação formal (realizada nesse sentido), mais a natural construção da resiliência diferencial pela situação difícil.

¹²⁷ Sendo assim um controlo secundário, C2.º, para diminuição de uma sentida tensão.

¹²⁸ Já anteriormente referido no texto principal e no Quadro Ic. Pretendermos tornar mais explícito no próximo ponto, o 2.º da avaliação.

¹²⁹ Limitada, por exemplo, pela existência de exemplos expostos e duração da execução da prova, pela situação/contexto do momento e da história do respondente

¹³⁰ Isto foi verificado principalmente ao analisarmos o preenchimento do instrumento RES e a Compquest do mesmo elemento da população. Na Compquest é descrito o processo de construção do conceito sendo só registado em RES o nível atingido (ver, e.g., o elemento Sofia e Quadro's IIIa: 1.ª e 2.ª função).

¹³¹ causa do aparecimento, na classificação, de mais indicadores para além dos exemplos em RES.

¹³² Aquela pessoa, naquele momento, naquele contexto e com a sua história.

¹³³ Como vimos em 3.4.1 e no Quadro Ic, após MN6 (segurança pessoal), MN5 (auto-estima) e MN4 (optimismo).

¹³⁴ Vamos utilizar o léxico proposto por D. Hunt. O modelo foi construído também pela sua aplicação.

¹³⁵ Esta designação é bastante longa mas existe por maior precisão. No entanto, quando é muito utilizada podemos designá-la por “subdimensão flexibilidade”.

¹³⁶ Também pode estar relacionado com outras características descritas, conforme o conteúdo total da resposta, enriquecendo assim a descrição de determinado indicador.

¹³⁷ Independência (com inserção social), flexibilidade e acção.

¹³⁸ Já dissemos da existência do exemplo RES/S3 que contempla este conteúdo, mas foi deixado cair pois as respostas não são muito elucidativas. Não foi retirado para, junto com RES/S4 evitar fenómenos de aquiescência e de tendência de resposta. Também pode ser um conceito menos agressivo que o de desafio, mas também por ser um conceito abrangente em flexibilidade permitindo o surgir de outro tipo de flexibilidade, como a de aprendizagem, a mudança de perspectiva, etc.

¹³⁹ Esta designação utiliza a nomenclatura das resposta dos estudos de caso, que será explícita em 4.2.3.

¹⁴⁰ o exemplo RES/S11 deve ser também classificado em MN6 pois implica descentralidade.

¹⁴¹ conceituado investigador de engenharia genética.

¹⁴² Não só de liderança metodológica, como anteriormente.

¹⁴³ Na “Investigação e Avaliação em Psicologia e Saúde” (Pais Ribeiro, 1999) só é admitido 2 tipos de prática de investigação: a observação natural e a experimental, admitindo que as técnicas façam aproximações dedutivas ou indutivas.

¹⁴⁴ “(...) nada nos impede de tratar cientificamente os fenómenos subjectivos ...repousa sobre uma capacidade humana natural, a de teorizar constantemente...(o nosso método) supondo 2 passos...”(páginas 106-109)

¹⁴⁵ com o construtivismo, por exemplo, ‘sendo só’ função deste pólo teórico.

¹⁴⁶ Por exemplo, para Denzin e colaboradores (2000) parece não lhes ser tão útil uma separação demasiada entre epistemologia e perspectiva teórica. Por outro lado, e neste ângulo mais abrangente, estes autores utilizam o termo paradigma (como a ligação entre premissas epistemológicas, ontológicas e metodológicas do investigador), de que falámos anteriormente (notas da 2.ª e 3.ª fase da história da investigação em ciências sociais - 11.º anexo). Segundo realçam, toda a investigação qualitativa é filosófica, no “*sentido universal no qual todo o ser humano é guiado por altos princípios*” (Denzin *et al.* (2000) citando Betson), segundo o referido paradigma, optando por um trabalho interpretativo, uma “*básica série de creres que guiam a acção*” citando Guba. Denzin e outros (*idem*) indicam que todo o investigador é interpretativo.

¹⁴⁷ A tabela n.º1 de Crotty (1998) é mais extensa e não pretende ser exaustiva (contém “etc.”). É uma boa referência pois é clássica em relação a Denzin *et al.* (1996), estando mais próxima da perspectiva das ciências da educação.

¹⁴⁸ E costumamos dizer que têm sido ‘hinos à sinceridade’ de cada um, sempre que se passa o instrumento RES, no estudo exploratório (mais ou menos 130, e nos estudo de casos, 18 vezes).

¹⁴⁹ Instituto da Ciência e Academia Nacional de Medicina, e a Conferência de Prevenção do Instituto Nacional de Saúde Mental.

¹⁵⁰ Nós diríamos na aprendizagem do ânimo. Do desânimo, já Seligman e colaboradores propõem há bastante tempo o conceito de *helplessness*, caso em que podem ser eleitos processos de *coping* inadequados, produzindo resultados negativos e que tendem a estender-se por longos períodos de tempo na vida de um indivíduo e a repetir-se através de gerações (*e.g.*, Caspi e Helder, 1988; Caspi, 2000).

¹⁵¹ E, continuam, não dispensar tanto tempo no modo como se tornam disfuncionais.

¹⁵² Também se analisou a integração na complexidade conceptual, comparando e assim aferindo, aplicações de FIPE e PCM, mas também podendo questionar a sua contribuição na análise holística e dinâmica em resiliência.

¹⁵³ Estes e outros dados (nota de ingresso) estão também no Quadro IId, em anexo. A nota de ingresso e a idade não se mostraram indicadores críticos na análise das respostas da população da 2.ª fase do estudo.

¹⁵⁴ Factor 1, F1- regras; F2- crítica; F3- pais; F4- desacordo; F5- incerteza; F6- ordem.

¹⁵⁵ De sublinhar que o conceito aplica-se tanto a um indivíduo como a um grupo ou comunidade humana, o que Grotberg já faz e sabemos que a investigação com aplicação da teoria do caos, *e.g.*, já aponta neste sentido (*e.g.*, F. Carvalho Rodrigues, 1994; Boom e Peat, 1995; Miranda Santos e Albuquerque, 1998). Quanto ao modelo, a definição inicial de Grotberg não contém explicitamente o desafio, e nós apostamos nele.

¹⁵⁶ Utilizámos a “linguagem de resiliência” Eu Tenho, Sou e Posso, depois de termos obtido o consentimento de Grotberg, Tavares e Albuquerque, 1998.

¹⁵⁷ O quadro conceptual do resiliente é o seguinte: para além da flexibilidade, do compromisso e do autocontrolo e domínio, tem de ter iniciativa, gostar de fazer sozinho, e descentralizar-se concretamente em acções, tendo facilidade de inserção social, ou seja, ser bem aceite socialmente ou sendo, pelo menos, socializado/não isolado socialmente.

¹⁵⁸ o seu n.º, distribuído pelo desafio, compromisso e controlo pode ser visualizado nos Gráficos IIa de cada caso estudado. A sua explicitação consta dos Quadros IId, em anexo.

¹⁵⁹ E expresso pela frase de enquadramento conceptual acima lembrada e (re)construído continuamente através da análise de conteúdo das respostas a RES (sendo também fruto de uma contextual exigência socio-cultural).

¹⁶⁰ E num modo estendido e resultantes da aplicação de RES, nos Quadros Esquemáticos IIb, e Descrições Pormenorizadas IIc, em anexo do capítulo 5),

¹⁶¹ De notar que o nível de resiliência obtido é só função das respostas a RES, continuando a considerar-se o princípio de que, se não existe registo em RES é porque naquele momento não pertence à 1.ª hierarquia do indivíduo, aquando o respectivo preenchimento (princípio sublinhado/verificado, de um modo mais evidente, na análise do estudo de alguns dos 7 casos).

¹⁶² Heuristicamente, nesse momento, fiz uma reflexão teórica prévia para clarificação de processos do enfrentar o difícil e, nesta área, análise de conteúdo de conceitos de senso comum (que podem ser, ou não, conceitos alternativos).

¹⁶³ Com aplicação a um universo restrito, para o seu melhoramento.

¹⁶⁴ Como os ‘mapas de para a construção da consciência, segundo Damásio: Aqui, são necessários mecanismos para a manutenção da vida humana e da sua qualidade, ou seja, para a manutenção da acção adequada, essência da resiliência. Por esta razão, estar registado em RES ou em Compquest, é diferente.

¹⁶⁵ Estes mesmos Gráficos IIa serão utilizados na análise sincrónica com um subtítulo mais extenso: consistência e coerência (esta última associada à coerência com a variação de determinado contexto, interno ou externo, assinalado pelo sujeito em estudo).

¹⁶⁶ Como veremos pelos **reales a negrito**, e na análise diacrónica e sincrónica do estudo dos 7 casos verifica-se que as respostas em RES se podem considerar um registo de **características já atingidas**, enquanto que o preenchimento de outros instrumentos, como por exemplo Compquest, descreve-se **o processo para atingir essas características**. Este estudo de caso é disso exemplo e, alguns desses aspectos estão registados no Quadro IIIa- “Diferente registo em RES e noutros instrumentos, por exemplo, Compquest”, no item registos de Possíveis Processos/Dinâmicas.

¹⁶⁷ Passaremos a utilizar esta nomenclatura mais reduzida (e não flexibilidade/mudança/abertura) mas sublinhamos que esta subdimensão contém em si “a mudança” e “a abertura”.

¹⁶⁸ No domínio do Desafio (na subdimensão da flexibilidade), sublinhadas no final da descrição do Processos/Dinâmicas, por exemplo no Quadro IV.

¹⁶⁹ Embora este caso em estudo tenha, na 1.ª avaliação, 32 anos.

¹⁷⁰ Acha importante ter “um grupo de amigos que no essencial pensam como eu”, tendo sido o único realce assinalado em RES2000/S2.

¹⁷¹ Traduzida por conseguir ver o positivo na situação difícil.

¹⁷² Relembramos que a resiliência é avaliada nas dimensões do desafio, compromisso e controlo, e por sua vez estas são avaliadas nas subdimensões: desafio e flexibilidade; compromisso pessoal e social; e *locus* de controlo e controlo emocional e de tarefa.

¹⁷³ Bem como no Quadro IIb e IId, em anexo.

¹⁷⁴ A aplicação de Compquest é só em 2000, pelo que deixámos de referir o ano.

¹⁷⁵ A que corresponde a classificação em resiliência com pesos, de registo explícito em Quadros e

Descrições: IIb - Esquemática, IIc - Pormenorizada e IId - Classificação Prospectiva, em anexo.

¹⁷⁶ Também é muitíssimo sucinta no preenchimento dos protocolos!

¹⁷⁷ Traduzindo o que actualmente designamos por **1.ª função** dos registos em diferentes tipos de instrumentos e instrumentos, ou seja, registos semelhantes e igualmente explícitos **em RES e outros** instrumentos.

¹⁷⁸ A **sensibilidade surge com maior atraso**, e ainda negativa em RES98 e 2000. De notar que em 2000, na Compquest/8, Rita diz que “(...) existem situações que são vividas mais intensamente (...)”! Registado no Quadro IIIa (em 5.1.7).

¹⁷⁹ Embora com mais intensidade em 1998 (fase de maior exuberância)

¹⁸⁰ Suporte social e sua utilização

¹⁸¹ Estes resultados, em RES, terão a seguinte nomenclatura: RES (valor global: valor na dimensão desafio/ no compromisso/ no controlo); em FIPE (nível A/B/C/D) (descrito na apresentação dos instrumentos); em PCM (valor total, valor médio). Na descrição na apresentação dos instrumento FIPE: A corresponde a uma autodescrição, B situação profissional, C descentrada (na criança), D posição integrada; em PCM (descrito na incerteza, no desacordo e na crítica bem como sobre as regras, numa ordem ou sobre os pais), normalmente e sucintamente: 1,5 corresponde à presença de flexibilidade, 2 à independência, e 3 com integração.

¹⁸² A avaliação em RES97, corresponde, como dizíamos: ao nível 0,00 na dimensão do desafio; com 0,75 (0,8) no compromisso (o compromisso pessoal foi sempre registado e sustenta este envolvimento); e algum registo no controlo, 0,25.

¹⁸³ E sem acção, como vimos.

¹⁸⁴ Consideramos um registo de **características atingidas**, o preenchimento do documento **RES**.

¹⁸⁵ Como algumas respostas são extensas é útil acrescentar o parágrafo, pg.

¹⁸⁶ No Quadro III existe fora do enquadramento cor-de-rosa pois não é fruto do preenchimento de RES's.

¹⁸⁷ não resolve os problemas tão autonomamente quanto mais tarde mostra querer.

¹⁸⁸ que conjuntamente permitem mais directamente a aprendizagem e a mudança, **J** (**que não** está directamente **em RES**).

¹⁸⁹ RES/T7, 4 e 2, P3.

¹⁹⁰ Embora de um nível não muito alto, pois, para além da sociabilidade, não propõe uma actividade mais independente, o que corresponderia ao nível MN4 do Controlo emocional e de Tarefa.

¹⁹¹ Este ‘espírito’ transparece também na opção pelos novos itens registados: *locus* de controlo, frontalidade, tendo então ‘espaço’ para novas preocupações, **O**.

¹⁹² “3.4.1 Subdimensões, Indicadores e MNi's (ver Quadro Ic)”, explicitação da *Operacionalização da Classificação em Resiliência*, item 3.4 do capítulo 3, quando é tratado o Modelo por nós construído. Não esquecer que é enquadrado na definição e avaliação exposta nos Quadros Ia, Ib e Ic em 2.3.3.

¹⁹³ Quadros IIc - Descrição Esquemática, IId - Classificação Prospectiva (também ponderada) e IIb - Descrição Pormenorizada, onde, para além das respostas a RES, também se podem encontrar respostas noutros instrumentos que enriquecem a classificação obtida mas que nunca a alteram pois não são consideradas (como seja, neste caso concreto e em 1997, na subdimensão da flexibilidade, compromisso pessoal e social, e no controlo emocional e de tarefa, assinalados no Quadro IIb, por exemplo).

¹⁹⁴ Em RES. Quando outros instrumentos são lidos através da nossa grelha de indicadores da classificação em resiliência, podem-se encontrar mais dados, como já foi referido, mas apontando para diferente tipo de resposta: em RES, descrição da característica como já adquirida ou atingida; e a descrição do processo para a sua realização. noutros instrumentos, como em Compquest (ver Quadro IIIa).

¹⁹⁵ Estranhando a falta de registo da auto-estima, como já dissemos.

¹⁹⁶ Não é com a máxima intensidade.

¹⁹⁷ Que, como vimos, foge do domínio dos primeiros desejos para que possa manter a expectativa de uma seu posterior controlo.

¹⁹⁸ O caso de Sofia evidencia a razão teórica que subjaz à opção pela extensa designação de uma das subdimensões do desafio, a de “flexibilidade-abertura-mudança”, mas cuja simplificação de linguagem é muito prática. De facto, tanto regista flexibilidade, como abertura e também muda.

¹⁹⁹ RES, Compquest, FIPE e PCM. Os resultados estão registados em anexo no Quadro IId, sendo, de um modo geral, anteriormente sublinhadas. Atendendo à classificação em FIPE, e considerando o nível D como

o mais alto (referido na apresentação destes instrumentos): em 1997 Sofia tem uma resposta na categoria B, uma em C, e 6 no nível D; em 2000 tem 3 respostas de nível A, uma em B, 2 em C e 2 em D. Em PCM obteve o valor 2 em 1997, e em 2000 o valor 1,7. Este registo está no Quadro IId de Sofia, em anexo

²⁰⁰ Relembramos que a resiliência é avaliada nas dimensões do desafio, compromisso e controlo, e por sua vez estas são avaliadas nas subdimensões: desafio e flexibilidade; compromisso pessoal e social; e *locus* de controlo e controlo emocional e de tarefa.

²⁰¹ Junto com a descentralidade (de que tem grande experiência), descreve a sua actividade de um modo mais extenso em 97 (RES97/S1,T3, P1,3), pois, perante o que tem a exprimir, escolhe o que entende ser o seu perfil mais significativo e preponderante na adversidade. Em 2000 (RES2000/S1, P4) junta a autocentralidade, que é uma experiência nova e exigente, e portanto muito significativa, com maior extensão na sua descrição.

²⁰² A extensão da descrição da gregariedade é semelhante nas 2 avaliações (RES97/P1,3, S3,5, T1,2,3; RES2000/P1,4, 2,T2,3, S1).

²⁰³ A negrito também sublinhamos o modo diferente de registo conforme o tipo de documento, depois resumidos no Quadro IIIa.

²⁰⁴ A última expressão não é registada com tanta intensidade.

²⁰⁵ Esta última é registada 3 vezes, e em resposta a FIPE, mais uma vez.

²⁰⁶ Quando indica o perder de uma oportunidade para se afirmar.

²⁰⁷ Nesta transcrição refere-se à opinião dos outros, que muitas vezes é a mais importante para si, bem como o não concordarem consigo poder indicar a sua incorrecção!

²⁰⁸ No entanto, nesse ano, foi a máxima responsável pela estadia e dinâmica de 200 crianças durante 4 dias!

²⁰⁹ Sofia, referindo-se às experiências marcantes, descreve o assumir de responsabilidades, surgindo esta palavra três vezes neste documento (Compquest/2,6,8).

²¹⁰ (no momento imediato deixo-me abater)

²¹¹ Instrumentos esses, mais descritivos, mais adequados a uma descrição de processos, situações menos significativas ou especificamente menos claras, como temos vindo a realçar.

²¹² (importante conhecermo-nos (auto-aprendizagem...) numa 2.ª reacção me sinto magoada, ou melhor, desiludida e pouco confiante (...))(PCM97/2)

²¹³ Estes resultados, em RES, terão a seguinte nomenclatura: RES (valor global: valor na dimensão desafio/ no compromisso/ no controlo); em FIPE (nível A/B/C/D) (descrito na apresentação dos instrumentos); em PCM (valor total, valor médio). Na descrição na apresentação dos instrumento FIPE: A corresponde a uma autodescrição, B situação profissional, C descentrada (na criança), D posição integrada; em PCM (descrito na incerteza, no desacordo e na crítica bem como sobre as regras, numa ordem ou sobre os pais), normalmente e sucintamente: 1,5 corresponde à presença de flexibilidade, 2 à independência, e 3 com integração.

²¹⁴ A actividade extraescolar é palco de um forte exercício neste campo.

²¹⁵ Normalmente em relação ao nível 1,5.

²¹⁶ E até em 2000 “(...) sente-se submissa, mas só em algumas situações”, PCM97/ordem.

²¹⁷ Pela ligação entre os dados, a negrito sublinhamos a chamada de atenção para a justificação da existência do registo em determinado documento, neste caso em RES.

²¹⁸ Na interacção social, o outro dá-lhe estabilidade e confiança (RES e noutros instrumentos).

²¹⁹ Para além do alerta anterior, a negrito sublinhamos o modo diferente de registo conforme o tipo de documento, depois resumido no Quadro IIIa. Este tipo de sublinhado surge frequentemente na dinâmica, mais expressa em anexo.

²²⁰ “3.4.1 Subdimensões, Indicadores e MNi’s (ver Quadro Ic)”, explicitação da *Operacionalização da Classificação em Resiliência*, item 3.4 do capítulo 3, quando é tratado o Modelo por nós construído. Não esquecer que é enquadrado na definição e avaliação exposta nos Quadros Ia, Ib e Ic em 2.3.3.

²²¹ Quadros IId- Descrição Esquemática, IId - Classificação Prospectiva (também ponderada), onde se podem encontrar respostas noutros instrumentos que não em RES que enriquecem a classificação obtida mas que nunca a alteram pois não são consideradas (como seja, neste caso concreto e em 1997, na subdimensão da flexibilidade, compromisso pessoal e social, e no controlo emocional e de tarefa, assinalados no Quadro IId, por exemplo).

²²² A que corresponde o nível 4, registado no Gráfico IIa, de entre os valores de 1 a 6, como é descrito em nota/legenda, e também noutros Quadros (e.g., Quadros IId), em anexo.

²²³ A classificação obtida é dada só pelo valor máximo, pelo que esta contribuição não altera o valor A na avaliação da flexibilidade, anteriormente assinalado.

²²⁴ De notar que a máxima ponderação para cada um destes indicadores é M+, M e B+, respectivamente, o que, por exemplo, está registado na operacionalização do modelo, no Quadro Ic, na definição da classificação.

²²⁵ de controlo secundário, C2.º, relativamente à actividade lectiva e estabilidade profissional. Como vimos, o controlo 2.º traduz-se no cumprimento de outras metas para a manutenção do C1.º para, mais oportunamente, atingir as metas desejadas.

²²⁶ Constrói um família própria, vai encontrando *partime's*, faz opções variando os contextos geográficos e outras adaptações no seu quotidiano lectivo e familiar, mas, exceptuando a 1.ª, as consequências das outras iniciativas traduzem-se em controlo 2.º perante as exigências culturalmente aceites de autonomia económica e sucesso na formação. De notar que nada refere sobre o domínio de tarefa **em RES**.

²²⁷ Por outro lado, facilmente responde às solicitações desta investigação, não pondo nenhum tipo de entrave.

²²⁸ Ou segurança social/facilidade de inserção social, como também a referimos.

²²⁹ De valor médio 1,5 e 1,4, nos dois momentos de avaliação.

²³⁰ Que passado pouco tempo, maios ou menos um mês, já necessita de ajuda para as recordar.

²³¹ Expectativas do desemprego de ambos, da comprida actividade lectiva e do aumento de encargos.

²³² portuguesas, de uma cultura ocidental, como um trabalho rentável e estável, e/ou uma actividade lectiva/formativa bem sucedida (o que não acontece com o RUI).

²³³ Relembramos que a resiliência é avaliada nas dimensões do desafio, compromisso e controlo, e por sua vez estas são avaliadas nas subdimensões: desafio e flexibilidade; compromisso pessoal e social; e *locus* de controlo e controlo emocional e de tarefa.

²³⁴ Está resumida no Quadro III, sendo uma descrição extensa: entrevista Set. e Out.2000/11,12,14-16

²³⁵ Que começou a ter desde que casou, em 1995 (entrevista Set. e Out.2000/6,8,17).

²³⁶ Correspondendo ao que apelidámos de **1.ª função** de registos em diferentes tipos de instrumentos.

²³⁷ O que é confirmado pelo Compquest/R2.

²³⁸ E não a fase da preocupação.

²³⁹ Incidindo mais no aspecto do controlo emocional

²⁴⁰ Principalmente no compromisso pessoal. O compromisso social não é muito alto.

²⁴¹ Principalmente na subdimensão desafio com aceitação e concretização de actividade diversificada e de utilidade económica.

²⁴² por exemplo no controlo emocional.

²⁴³ Estes resultados, em RES, terão a seguinte nomenclatura: RES (valor global: valor na dimensão desafio/ no compromisso/ no controlo); em FIPE (nível A/B/C/D) (descrito na apresentação dos instrumentos); em PCM (valor total, valor médio). Na descrição na apresentação dos instrumento FIPE: A corresponde a uma autodescrição, B situação profissional, C descentrada (na criança), D posição integrada; em PCM (descrito na incerteza, no desacordo e na crítica bem como sobre as regras, numa ordem ou sobre os pais), normalmente e sucintamente: 1,5 corresponde à presença de flexibilidade, 2 à independência, e 3 com integração.

²⁴⁴ Directamente não se descreve como optimista.

²⁴⁵ Concretização da sua realização pessoal, ponto 6 do Quadro 4.2 – Realização pessoal e/ou exigência cultural de Rui, mais à frente.

²⁴⁶ Está no fim do curso, mas tem demorado bastante para além do decurso normal

²⁴⁷ Variação de contexto geográfico, variação de condições da envolvente na actividade lectiva e trabalhos precários

²⁴⁸ Como vimos na parte teórica. É uma situação crítica e portanto “mais dolorosa” quando as expectativas não são altas, mas socialmente as metas também não são consideradas altas.

²⁴⁹ Talvez superado 4 semanas mais tarde por 2 razões: 1.º- nessa data responde Compquest2002 e precisa de ver bem a data de RES2002 para saber (e escrever, Compquest2002/R10) a justificação de RES2002/T2; 2.º- na data de RES2002 está desconfortável no ambiente onde trabalha e concorreu a uma nova possibilidade de trabalho. 4 semanas após, já se sente contente de novo no seu trabalho: não foi preciso mudar.

²⁵⁰ Objectivamente em 2000 revela o pouco empenho lectivo, entrevista2000/R8; em 2002, por exemplo, a análise de comparação de RES's é pouco rica, não há a preocupação no perceber, como já sublinhámos (apesar da grande preocupação pela unidade pessoal face à disparidade de respostas, de continuidade pessoal, Compquest2002/R1); não sabe bem a razão de ter um amigo e ter entendido (4 semanas antes) que era destrutivo, RES2002/T2 (só depois de se certificar da data responde, em Compquest/R10).

²⁵¹ Também de novas ocupações a que concorre. Felizmente, 4 semanas depois, o ambiente do antigo trabalho já o satisfaz, como já dissemos.

²⁵² Parecendo que lhe não é significativo o facto do trabalho precário, ou melhor, mais flexível, ser normal neste século XXI, tendo portanto motivo para se alegrar.

²⁵³ “3.4.1 Subdimensões, Indicadores e MNi’s (ver Quadro Ic)”, explicitação da *Operacionalização da Classificação em Resiliência*, item 3.4 do capítulo 3, quando é tratado o Modelo por nós construído. Não esquecer que é enquadrado na definição e avaliação exposta nos Quadros Ia, Ib e Ic em 2.3.3.

²⁵⁴ Quadros IIc- Descrição Esquemática, IId- Classificação Prospectiva (também ponderada) e IIb-Descrição Pormenorizada, onde se podem encontrar respostas noutros instrumentos que não em RES que enriquecem a classificação obtida mas que nunca a alteram pois não são consideradas (como seja, neste caso concreto e em 1997, na subdimensão da flexibilidade, compromisso pessoal e social, e no controlo emocional e de tarefa, assinalados no Quadro IIb, por exemplo).

²⁵⁵ Relembremos que a resiliência é avaliada nas dimensões do desafio, compromisso e controlo, e por sua vez estas são avaliadas nas subdimensões: desafio e flexibilidade; compromisso pessoal e social; e *locus* de controlo e controlo emocional e de tarefa.

²⁵⁶ Não se fazendo uma análise de conteúdo segundo os critérios da avaliação em desenvolvimento inerente ao instrumento PCM (onde obtive o valor 1,50 e de média 1,33), mas como um texto não específico, podemos observar a referida tolerância

“(…) não há regra sem excepção…”PCM/R1; “aceito a crítica independentemente…”, PCM/R2; “(…) aceito, pois opiniões, por vezes, não se discutem…”, PCM/R4; “(…Por vezes, não aceito…) Aceito e faço-o”, PCM/R6.

²⁵⁷ 28 afirmações e RES97 (em que 6 são consideradas negativas) e 19 em RES98 (indicando três prejudiciais).

²⁵⁸ Em RES, para além da expressão simples do autoconhecimento, a reflexão está essencialmente associada à descrição do suporte social, entendendo importante, *e.g.* “(… Gosto de ter conversas engraçadas mas) também gosto de debater assuntos mais sérios”, RES97/P2, excepto em 1998, em que exprime, simplesmente, “gosto de reflectir”, RES98/S2.

²⁵⁹ Não sendo a mais nova é uma pessoa nova (21 anos) e a afectividade específica durava há mais de seis anos!

²⁶⁰ Na resposta a RES98, não substitui a palavra “desafio”: lida directamente com ela, mas só quando, no exemplo apresentado em RES, lhe é proposta pela segunda vez.

²⁶¹ Em RES, tem suporte social, mas também o solicita com frequência. Em 1997 descreve o suporte através de 7 expressões (T1-7), solicitando com frequência 4 delas (T3,4,6,7), as mesmas que considera importante para a situação difícil. Em 1998, fá-lo através de 7 frases (T1-6,S8), sendo 5 solicitadas e 4 destas entendidas como muito importantes na adversidade. Em resumo, considerámos que, nos 2 momentos de avaliação, solicita fortemente o suporte social, o que foi classificado com B+ no indicador de autonomia, em MN3, no controlo emocional e de tarefa.

²⁶² Estes resultados, em RES, terão a seguinte nomenclatura: RES (valor global: valor na dimensão desafio/ no compromisso/ no controlo); em FIPE (nível A/B/C/D) (descrito na apresentação dos instrumentos); em PCM (valor total, valor médio). Na descrição na apresentação dos instrumentos FIPE: A corresponde a uma autodescrição, B situação profissional, C descentrada (na criança), D posição integrada; em PCM (descrito na incerteza, no desacordo e na crítica bem como sobre as regras, numa ordem ou sobre os pais), normalmente e sucintamente: 1,5 corresponde à presença de flexibilidade, 2 à independência, e 3 com integração.

²⁶³ (28 afirmações em RES97, sendo 6 consideradas prejudiciais; e 19 em RES98, com 3 consideradas prejudiciais.)

²⁶⁴ A amizade é forte e extensamente expressa, como já vimos: RES97/T1-4,6-7,S2; RES98/T1-2,4-6,S8 (esta última “(…) é Amiga acima de tudo”).

²⁶⁵ Mesmo experienciando uma diversificação de grupos de amigos, como acima referimos, Compquest/2.

²⁶⁶ a par com uma análise sobre o pessimismo de Carmina, como foi referido.

²⁶⁷ Relativamente ao Compromisso: o Social, é de sinal positivo; e o Pessoal, de sinal negativo (principalmente com o pessimismo).

²⁶⁸ “3.4.1 Subdimensões, Indicadores e MNi’s (ver Quadro Ic)”, explicitação da *Operacionalização da Classificação em Resiliência*, item 3.4 do capítulo 3, quando é tratado o Modelo por nós construído. Não esquecer que é enquadrado na definição e avaliação exposta nos Quadros Ia, Ib e Ic em 2.3.3.

²⁶⁹ Quadros IIc- Descrição Esquemática, IId- Classificação Prospectiva (também ponderada) e IIb-Descrição Pormenorizada, onde se podem encontrar respostas noutros instrumentos que não em RES que enriquecem a classificação obtida mas que nunca a alteram pois não são consideradas (como seja, neste caso concreto e em 1997, na subdimensão da flexibilidade, compromisso pessoal e social, e no controlo emocional e de tarefa, assinalados no Quadro IIb, por exemplo).

²⁷⁰ Embora pudesse indirectamente traduzir um ambiente de aprendizagem, mas não é autónomo portanto foi considerado como utilizando o suporte social, a seguinte frase: com a máxima intensidade, diz“(tenho uma pessoa) com muita experiência a quem posso recorrer, a quem frequentemente recorro”, RES98/T3

²⁷¹ Relembramos que a resiliência é avaliada nas dimensões do desafio, compromisso e controlo, e por sua vez estas são avaliadas nas subdimensões: desafio e flexibilidade; compromisso pessoal e social; e *locus* de controlo e controlo emocional e de tarefa.

²⁷² Este registo é único, como vamos referimos no Quadro IIIa e 2.ª nota do Quadro III deste estudo de caso

²⁷³ Há uma ligeira quebra no registo do compromisso pessoal, mas como a auto-estima, de maior peso, nunca tem o valor máximo, A (obtendo o optimismo M+), é difícil diferenciar a classificação nesta subdimensão, neste caso de M+.

²⁷⁴ Estes resultados, em RES, terão a seguinte nomenclatura: RES (valor global: valor na dimensão desafio/ no compromisso/ no controlo); em FIPE (nível A/B/C/D) (descrito na apresentação dos instrumentos); em PCM (valor total, valor médio). Na descrição na apresentação dos instrumento FIPE: A corresponde a uma autodescrição, B situação profissional, C descentrada (na criança), D posição integrada; em PCM (descrito na incerteza, no desacordo e na crítica bem como sobre as regras, numa ordem ou sobre os pais), normalmente e sucintamente: 1,5 corresponde à presença de flexibilidade, 2 à independência, e 3 com integração.

²⁷⁵ Nesta altura entendeu pôr uma ordenação no que mais activava. No EU SOU colocou em 1.º o optimismo, em 2.º o gostar de reflectir sozinha, em 3.º a mudança e em 4.º o gostar de fazer planos.

²⁷⁶ Nota mínima de ingresso e nota suficiente para frequentar o Programa Erasmus.

²⁷⁷ E descentralidade desde 1997 (pelas 2 respostas de nível C dos resultados em FIPE)

²⁷⁸ Para 2000, talvez não seja importante a diminuição de P) pois existem outros mais importantes no nosso modelo; ainda falta o domínio de tarefa e há a diminuição de O).

²⁷⁹ “3.4.1 Subdimensões, Indicadores e MNi’s (ver Quadro Ic)”, explicitação da *Operacionalização da Classificação em Resiliência*, item 3.4 do capítulo 3, quando é tratado o Modelo por nós construído. Não esquecer que é enquadrado na definição e avaliação exposta nos Quadros Ia, Ib e Ic em 2.3.3.

²⁸⁰ Quadros IIc- Descrição Esquemática, IId- Classificação Prospectiva (também ponderada) e IIb-Descrição Pormenorizada, onde se podem encontrar respostas noutros instrumentos que não em RES que enriquecem a classificação obtida mas que nunca a alteram pois não são consideradas (como seja, neste caso concreto e em 1997, na subdimensão da flexibilidade, compromisso pessoal e social, e no controlo emocional e de tarefa, assinalados no Quadro IIb, por exemplo).

²⁸¹ No nosso modelo pode ir até ao valor A.

²⁸² Geralmente classificamos a descrição da empatia no valor mais baixo da flexibilidade, no indicador da sensibilidade. Colocámo-lo aqui para demonstrar a necessidade de expansão da sua descrição da interacção social e por não fazer variar a classificação.

²⁸³ Relembramos que a resiliência é avaliada nas dimensões do desafio, compromisso e controlo, e por sua vez estas são avaliadas nas subdimensões: desafio e flexibilidade; compromisso pessoal e social; e *locus* de controlo e controlo emocional e de tarefa.

²⁸⁴ Como sabemos, esta avaliação não é pesada através da importância dos diferentes indicadores (considerada no modelo, explícita nos Quadros I’s, e para cada estudo de caso, nos exemplos de classificação no final da análise diacrónica, ou mais completa, nos Quadros IIb,c,d, em anexo).

²⁸⁵ Esta área da interacção com a envolvente, no nosso modelo é importante para saber da autonomia que está em causa e conhecer o tipo de apoio social existente: se é neutro, prejudicial ou favorável ao desenvolver da resiliência a estudar.

²⁸⁶ Também se verifica na avaliação em PCM a perspectiva de análise de Kobasa (1983): papel do apoio social (valor 1,7; 1,5; 1,7 nos 3 PCM’s; (1/2/5/-) em FIPE2000).

²⁸⁷ E os outros indicadores.

²⁸⁸ Estes resultados, em RES, terão a seguinte nomenclatura: RES (valor global: valor na dimensão desafio/ no compromisso/ no controlo); em FIPE (nível A/B/C/D) (descrito na apresentação dos instrumentos); em PCM (valor total, valor médio). Na descrição na apresentação dos instrumento FIPE: A corresponde a uma autodescrição, B situação profissional, C descentrada (na criança), D posição integrada; em PCM (descrito na incerteza, no desacordo e na crítica bem como sobre as regras, numa ordem ou sobre os pais), normalmente e sucintamente: 1,5 corresponde à presença de flexibilidade, 2 à independência, e 3 com integração.

²⁸⁹ Como podemos verificar PCM97,98,00/2,5 (quando é criticado (2) e na incerteza (5)).

²⁹⁰ Neste aspecto de interacção social tudo parece ter corrido bem: verifica-se um alto compromisso social, na vertente avaliada pelo nosso modelo e já abordada. Nota-se que regista um namoro tranquilo em todas as 3 avaliações.

²⁹¹ “3.4.1 Subdimensões, Indicadores e MNi’s (ver Quadro Ic)”, explicitação da *Operacionalização da Classificação em Resiliência*, item 3.4 do capítulo 3, quando é tratado o Modelo por nós construído. Não esquecer que é enquadrado na definição e avaliação exposta nos Quadros Ia, Ib e Ic em 2.3.3.

²⁹² Quadros IIc- Descrição Esquemática, IId- Classificação Prospectiva (também ponderada) e IIb-Descrição Pormenorizada, onde se podem encontrar respostas noutros instrumentos que não em RES que enriquecem a classificação obtida mas que nunca a alteram pois não são consideradas (como seja, neste caso concreto e em 1997, na subdimensão da flexibilidade, compromisso pessoal e social, e no controlo emocional e de tarefa, assinalados no Quadro IIb, por exemplo).

²⁹³ o seu aspecto físico e intimidade (a sua e a dos outros).

²⁹⁴ Relembramos que a resiliência é avaliada nas dimensões do desafio, compromisso e controlo, e por sua vez estas são avaliadas nas subdimensões: desafio e flexibilidade; compromisso pessoal e social; e *locus* de controlo e controlo emocional e de tarefa.

²⁹⁵ Em 5 das 8 expressões do EU SOU e EU POSSO. Entretanto fala 2 vezes na sua futura profissão (neste ano frequenta o 2.º ano do curso), sendo “(...) forte profissionalmente (...)” RES98/S1 e a outra expressão é “a profissão que vou exercer é veículo (...) de valores e atitudes às crianças”, *idem*/P2, o que está de acordo, já em 1997, com as 5 expressões de nível B em FIPE97.

²⁹⁶ Note-se que esta terminologia de 1998 é também aplicada em 1997 quando diz ser extremamente sensível. Talvez em 1997 se referisse à sensibilidade na interacção social.

²⁹⁷ colocando este conteúdo em 2.º lugar na frequência com que o utiliza, mas também o entende importante

²⁹⁸ Com alguma preocupação com a descentralidade, o que também se verifica em 2000.

²⁹⁹ Estes resultados, em RES, terão a seguinte nomenclatura: RES (valor global: valor na dimensão desafio/ no compromisso/ no controlo); em FIPE (nível A/B/C/D) (descrito na apresentação dos instrumentos); em PCM (valor total, valor médio). Na descrição na apresentação dos instrumento FIPE: A corresponde a uma autodescrição, B situação profissional, C descentrada (na criança), D posição integrada; em PCM (descrito na incerteza, no desacordo e na crítica bem como sobre as regras, numa ordem ou sobre os pais), normalmente e sucintamente: 1,5 corresponde à presença de flexibilidade, 2 à independência, e 3 com integração.

³⁰⁰ O nível de complexidade entre FIPE e PCM é concordante.

³⁰¹ a “sinceridade”, o “respeito, a igualdade” de 1998, a “frontalidade” de 1997, *e.g.*.

³⁰² Dentro das 11 respostas saudáveis (em 30): 5 expõem o suporte social (T1-2, 4-6), 4 expressam o seu *locus* de controlo interno e o papel da poesia (S1-4) e 2 exprimem a resolução de problemas eficaz e o gosto no envolvimento em actividades da instituição (P3,6).

³⁰³ Em FIPE há uma resposta de maior nível, D, e PCM revela também flexibilidade, principalmente uma orientação mais segura quanto à incerteza e desacordo (sendo mais sensível à crítica). O nível mais baixo sobre o conteúdo das regras também traduz uma parcela de uma complexidade não tão alta.

³⁰⁴ “3.4.1 Subdimensões, Indicadores e MNi’s (ver Quadro Ic)”, explicitação da *Operacionalização da Classificação em Resiliência*, item 3.4 do capítulo 3, quando é tratado o Modelo por nós construído. Não esquecer que é enquadrado na definição e avaliação exposta nos Quadros Ia, Ib e Ic em 2.3.3.

³⁰⁵ Quadros IIc- Descrição Esquemática, IId- Classificação Prospectiva (também ponderada) e IIb-Descrição Pormenorizada, onde se podem encontrar respostas noutros instrumentos que não em RES que enriquecem a classificação obtida mas que nunca a alteram pois não são consideradas (como seja, neste caso concreto e em 1997, na subdimensão da flexibilidade, compromisso pessoal e social, e no controlo emocional e de tarefa, assinalados no Quadro IIb, por exemplo).

³⁰⁶ Note-se que o grau do adjectivo traduz frequência mas a frase não é sentido como prejudicial.

³⁰⁷ O evidenciar-se, falar de si, a referência ao seu aspecto físico, já transcritos a outros propósitos.

³⁰⁸ Refere-se ao carro nas 3 avaliações. De facto, tem o papel de uma actividade facilitadora e é uma independência (e não sabemos se pode ter contribuído para a sua compra)

³⁰⁹ É sensível, o que não impede de ter uma importante afirmação pessoal vincada, em MN6 do compromisso pessoal, obtendo M

“(...é sensível...) Sou forte no âmbito profissional, tento sempre demonstrar o meu ponto de vista” RES98/S1

³¹⁰ o valor máximo neste indicador

³¹¹ Individualmente, encontram-se na parte inicial da exposição dos dados de cada estudo de caso.

³¹² E sublinhámos a honestidade das respostas.

³¹³ Se utilizarmos a terminologia de Rothbaum, 1982, (ao abordar o C2.º, designando-o como crítico ou discriminante relativamente à competência vs incompetência). No nosso caso é discriminante quanto ao autor do preenchimento, verificado nos padrões de resposta e fidelidade; mas também quanto à resiliência, na evolução da autodescrição, analisada no estudo dos impactos, Quadros do Impacto.

³¹⁴ No capítulo anterior, e que será resumida no próximo Quadro 5-1.1.

³¹⁵ o valor máximo corresponde à integração que é avaliada em PCM com nível 3 e em FIPE com o nível D.

³¹⁶ Utilização do suporte social e a gregariedade em RES e maior ou igual que o valor 2 em PCM. Mas neste último caso é interessante a análise que se pode realizar no caso de Sofia. Também em RES se pode analisar que a área onde ocorreu o choque é muitas vezes a da interacção social, levando ao registo de menores níveis nesta independência/autonomia social.

³¹⁷ Dimensão do desafio em RES; níveis C e D em FIPE; e apontando para um valor maior que 1,5 em PCM.

³¹⁸ Sofia e Paula são problema, mas o registo na subdimensão do desafio é mais indicativo, vendo 5-1.º:

Gráfico por Subdimensão.

³¹⁹ De notar diferentes perspectivas: a dos fundamentalistas e a bomba relógio humana, e os que poderemos classificar como os bem preparados para tal momento (alguns com doenças crónicas, outros com velhice comprida mas saudável, etc).

³²⁰ A ‘**maior profundidade**’ refere-se aos factores de maior influência sentidos pelo indivíduo em estudo.

A influência **externa** é a leitura de um indicador explícito mais comum que é sentida pelo indivíduo, mas também de toda uma comunidade envolvente. É explícita para si e para os outros. **Clara para todos**; A influência **interna**, exprime a situação de ser sentida ou percebida, mais consciente e especificamente, só por si. É melhor percebida por quem já experienciou essa adversidade. **É clara só para o próprio**; A influência **inconsciente**, simboliza a inconsciência sentida por si. É um indicador implícito (menos consciente) principalmente **para si próprio** (mas que também pode ser inconsciente para uma cultura comunitária).

³²¹ Para que o aluno assuma o seu papel, a sua função de um modo mais autónomo (*e.g.*, sozinho ou inicialmente com a envolvente- pares, pais/e outros encarregados de educação e/ou familiares).

³²² Da parte do indivíduo, e não da envolvente, Rui tem procurado algumas oportunidades mas, sendo superficial e sem um grande compromisso social, estas não têm sido suficientes (talvez pelo nível de autorealização sentido, como referimos).

³²³ Na turma há só duas pessoas que têm maior nota de ingresso e 10 pessoas com o mesma nota.

³²⁴ Já mudou de curso mas ainda não resultou, como gostava.

³²⁵ Também, como vimos, Florinda tem a nota de ingresso mais baixa e tem resultados bons e que melhoraram, estando também associados a outras dinâmicas, já referidas.

³²⁶ Que até tem sido contínuo e sentido.

³²⁷ Que longitudinalmente sempre manteve.

³²⁸ Enquadrados nesta dinâmica geral, foram pouquíssimas as situações de alteração de registo de indicadores não compreendidos.

³²⁹ retirando as grandes variações de contexto (que serão talvez janelas de oportunidades para o exercício de competências) e a amizade especial (namoro/companheiro/esposo/par)

³³⁰ De notar que na nossa operacionalização, na subdimensão da flexibilidade foi inserido o conteúdo da preocupação com o próprio desenvolvimento e com a preocupação e acção descentrada de si próprio.

³³⁰ Em educação para a resiliência é natural que seja necessário.

³³¹ Em educação para a resiliência é natural que seja necessário

³³² Pela revisão de literatura específica exposta, julgamos que nos primeiros anos de vida e de um modo mais ou menos intuitivo (Damásio, 2000) a classificação se possa fazer nas três dimensões, podendo o compromisso estar especialmente associado ao compromisso social (não esquecendo o respectivo calendário de maturação).

³³³ o nosso (RES), o instrumento baseado no desenvolvimento de Loevinger (FIPE) e nos sistemas conceptuais e de orientação interpessoal de D. Hunt (PCM)

³³⁴ “tudo me acontece; o pior só me acontece a mim; sem auto-estima” (mau cientista)

BIBLIOGRAFIA

- Adler, A. (1956) *The Individual Psychology of Alfred Adler*, H.C. Ansbacher e R.R. Ansbacher (eds), NY: Harper e Row.
- Ahadi, S.A., Rothbart, M.K. (1994) Temperament, Development, and the Big Five in C.F. Halverson, G. A. Kohnstamm e R.P. Martin (eds) *The Developing Structure of Temperament and Personality from Infancy to Adulthood*. N. J.: LEA, Publ.
- Ahadi, S.A., Rothbart, M.K. e Ye, R.M. (1993) Child Temperaments in USA and China: Similarity and Differences. *European J. of Personality*, 7, 359.
- Albuquerque, A.M. (2001); Da Literacia à Ousadia: Desafio na Viragem do Milénio, in M. F. Patrício (org.) *Escola, Aprendizagem e Criatividade*. Porto: Porto Editora, pp39.
- Albuquerque, A.M. Catarina, P. C. e Tavares, J. (2000); *Migração: Resiliência, Formação, Papéis e Dimensão da Comunidade Quotidiana*. Comunicação no VI Congresso da AEPEC, Évora, pp17 (programas e resumos).
- Albuquerque, A.M. e Miranda Santos, A. (1995); Motivação: Desafio à Criatividade, in M. F. Patrício (org.) *Actas do V Encontro Nacional de Docentes – Educação em Ciências da Natureza*. Portalegre: Escola Superior de Educação de Portalegre, pp141.
- Albuquerque, A.M. e Miranda Santos, A. (1997); O Olhar e o Desenvolvimento Psicológico: Mensagem ou Massagem?, in M. F. Patrício (org.) *Formar Professores para a Escola Cultural no Horizonte dos Anos 2000*. Porto: Porto Editora, pp261.
- Albuquerque, A.M. e Miranda Santos, A. (1997a); A Família, a Informação e o Desenvolvimento Pessoal: contributos para o estudo da dinâmica do quadro familiar, in *Actas da Conferência Internacional sobre a Problemática da Família*. Viseu: Instituto Superior Técnico de Viseu, pp195.
- Albuquerque, A.M. e Tavares, J. (1999); Resiliência: Uma Aposta na Formação in J. Tavares (org.) *Investigar e Formar em Educação*, 1º vol. Porto: Soc. Port. C. da Educação, pp383.
- Albuquerque, A.M. e Tavares, J. (2002a); Resiliência: Aspectos da Diversidade na Globalização, in M. F. Patrício (org.) *Globalização e Diversidade. A Escola Cultural: uma resposta*. Porto: Porto Editora, pp155.
- Albuquerque, A.M., Parreiral, S. e Tavares, J. (2002); *Resiliência: o airbag da violência*. Comunicação em Évora no VII Congresso AEPEC, pp 26 (programas e resumos).
- Albuquerque, A.M., Parreiral, S. e Tavares, J. (pª publicação); A Violência e a Resiliência no E. B.: em auto-reflexão e na reflexão por pares, in M. F. Patrício (org.) *Por uma Escola sem Violência*. Porto: Porto Editora.
- Albuquerque, A.M., Tavares, J. e Ralha-Simões, H. (pª publicação); Alguma Fundamentação e Medida da Resiliência no 1º Ciclo, in M. F. Patrício (org.) *Didáctica da Escola Cultural: Caminhos para a Construção de Si e dos Saberes*. Porto: Porto Editora.
- Albuquerque, A.M., Tavares, J. e Ralha-Simões, H. (2004); *A Construção de Si na Construção dos Saberes: o entrar em cena na Escola*. Comunicação em Évora no VIII Congresso AEPEC, pp45 (programa e resumos).
- Alloy, L.Y. e Abramson, L.B. (1979); Judgment of Contingency in Depressed and Nondepressed Students: Sadder but Wiser?. *J. Expr. Psyc. Geral*, 108, 441.
- Allport, (1961); *Pattern and Growth in Personality*. NY, Holt: Rinehart & Winston.
- Allport, G. W. (1955); *Becoming: Basic Considerations for a Psychology of Personality*. New Haven, Conn.: Yale Univ. Press.
- Anthony, E. J. (1974); The Syndrome of the Psychologically Invulnerable Child in E. J. Anthony e C. Koupernik (eds) *The Child in his Family: Children at Psychiatric Risk*. NY: Wiley.
- Antonovsky, A. (1974); Conceptual and Methodological Problems in the Study of Resistance Resources and Stressful Life Events, in B.S. Dohrenwend e B. P. Dohrenwend (eds), *Stressful Life Events: Their Nature and Effects*. NY: Wiley.
- Antonovsky, A. (1993); The Structure and Properties of the Sense of Coherence Scale. *Social Science and Medicine*, 36, 725.
- Asendorpf, J. B. (1987); Videotap Reconstruction of Emotions and Cognitions Related to Shyness, *J. Pers. Soc. Psychology*, 53, 542.
- Asimov, (1988); *O Universo da Ciência*. Lisboa: Editorial Presença.
- Atkinson, J.W. (1957); Motivational Determinants of Risk-taking Behavior, *Psychological Review*, 64, 359.
- Atkinson, J.W. (1964); *An Introduction to Motivation*. Princeton, NY: Van Nostrand.

- Averill, J.R. (1973); Personal Control Over Aversive Stimuli and Its Relationship to Stress", *Psychological Bulletin*, 80, 286.
- Baltes, M.M. e Baltes, P.B.(eds)(1986); *The Psychology of Control and Aging*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Baltes, P.B. e Smith, J. (1990); Wisdom-related Knowledge: Age/cohort Differences in Response to Life-Planning Problems. *Developmental Psychology*, 26(3), 494.
- Bandura, A. (1977); To a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84, 191.
- Bandura, (1977); Self-Efficacy: Toward an Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84, 191.
- Bandura, A. (1986); *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*, Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall
- Bandura, A. (1991); Self-regulation of Motivation Through Anticipatory and Self-regulatory Mechanisms, in R. A. Dienstbier (ed) *Perspectives on Motivation: Nebraska Symposium on Motivation*. Lincoln: Univ. Nebraska Press.
- Bandura, A. (1997); *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. NY: Freeman.
- Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G. V. e Pastorelli, C. (1996); Multifaceted Impact of Self-Efficacy Beliefs on Academic Functioning, *Child Development*, 67, 1206.
- Bandura, A., Pastorelli, C., Barbaranelli, C. e Caprara, G. V. (1999); Self-efficacy Pathways to Childhood Depression, *J. P. Soc. Psychology*, 76(2), 258.
- Bardin, L. (1991); *Análise de Conteúdo*, Lisboa: Edições 70.
- Barros de Oliveira, J. H. (1998); Optimismo: Teoria e Avaliação (Proposta de uma Nova Escala) *Psicologia, Educação e Cultura*, 2, 295.
- Barros, A. M. (1986); *Locus de Controlo: Uma Dimensão Cognitiva da Personalidade*. Évora: Univ. Évora (Dissertação para Provas de Aptidão Pedagógica e capacidade Científica).
- Barros, A. M. (1989); Expectativas de Controlo Interno-Externo: Revisão da Literatura e Análise dos Instrumentos, *Psicologia*, 3(VII), 261.
- Benson, J.S. e Kennelly, K.J. (1976); Learned Helplessness: The result of Uncontrollable Reinforcements or Uncontrollable Aversive Stimuli ?, *J.P. and Soc. Personality*, 34, 138
- Block, J. (1961/1978); *The Q-sort Method in Personality Assessment and Psychiatric Research*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Block, J. (1971); *Live Through Time*. Berkeley, CA: Bancroft Books.
- Block, J. Gjerde, P. F. e Block, J. H. (1991); Personality Antecedents of Depressive Tendencies in 18-year-olds: A Prospective Study. *J. P. Soc. Psychology*, 60, 726.
- Block, J. H. e Block, J. (1980); The Role of Ego-control and Ego-resiliency in the Organization of Behavior. In W.A.Collins (eds), *Development of Cognition, Affect, and Social Relations. Minnesota Symposia on Child Psychology* (vol 13). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Borkenau, P. (1992); Implicit Personality Theory and the Five-factor Model. Special Issue: The Five Factor Model: Issue and Applications, *J. Personality*, 60(2), 295.
- Brazelton, T.B. (1999) Touchpoints as a Preventive Model in the Light of Stress in the Child and the Family, in J. Gomes-Pedro (ed) *Stress e Violência na Criança e no Jovem*. Lisboa: Fac. Medicina da Univ. Lisboa.
- Briggs, S. R. (1988); *Shyness: Introversion or Neuroticism?*, *J. Research in Personality*, 22(1988)290
- Bronfenbrenner, U. (1999); Um Modelo Bioecológico para a Compreensão do Stress e da Violência na Criança in J. Gomes-Pedro (org) *Stress e Violência no Jovem e na Criança*. Lisboa: Gulbenkian.
- Brzezinski, I. (2001); Pós-graduação em Educação Brasileira e a Produção de Conhecimento Profissional: Emergência de um Novo Paradigma para a Formação de Professores, in *Conhecimento Profissional de Professores: a Práxis Educacional como Paradigma de Construção*, J. Tavares e I. Brzezinski (orgs), Fortaleza: Edições Demócrito Rocha.
- Burger, J.M. e Arkin, R.M. (1980); Prediction, Control and Learned Helplessness, *J. P. and Soc. Psychology*, 38, 482.
- Buss, A. H. e Plomin, R. (1975); *A Temperament Theory of Personality Development*. NY: Wiley.
- Buss, A.H. e Plomin, R. (1984); *Temperament: Early Developing Personality Traits*. Hillsdale, NJ: Lawrence Earlbaun Ass..
- Campbell, A., Converse, P.E. e Rodgers, W.L.(1976); *The Quality of American Life: Perceptions, Evaluations and Satisfaction*. NY: Sage.
- Campbell, D.T. e Stanley, J.C. (1963); *Experimental and Quasi-experimental Designs for Research*. Chicago: Rand McNally.
- Campbell, J. D., Trapnell, P.D., Heine, S. J., Katz, I.M., Lavallee, L.F. e Lehman D. (1996); Self-Concept Clarity: Measurement, Personality Correlates, and Cultural Boundaries. *J. P. Soc. Psychology*, 70(1), 141.

- Caspi, A. (2000); The Child is Father of the Man : Personality Continuities from Childhood to Adulthood, *J. P. Soc. Psychology*, 78(1), 158; Caspi, A. (2000); A Criança é o Pai do Homem: Continuidades na Personalidade, da Infância à Vida Adulta, *Rev. Psychologica*, 24, 21.
- Caspi, A. e Helder, G. H., Jr (1988); Emergente Family Patterns: The Intergenerational Construction of Problem Behavior and Relationships in R.A. Hinde e J. Stevenson-Hinde (eds) *Relationships Within Families: Mutual Influences*. Oxford, UK: Clarendon.
- Caspi, A., Block, J., Block, J. H., Klopp, B., Lynam, D., Moffitt, T. E. e Stouthamer-Loeber, M. (1992); A "Common Language" Version of the California Child Q-set for Personality Assessment, *J. Psychological Assessment*, 4, 512.
- Chickering, A.W. e Havighurst, R. J. (1981); The Life Cycle in A.W. Chickering et al.(eds) *The Modern American College*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Cicchetti, D. e Garmezy, N. (1993); Prospects and Promises in the Study of Resilience. *Development and Psychopathology*, 5, 497.
- Cohen, S., Rothbart, M. e Phillips, S. (1976); Locus of Control and the Generality of Learned Helpness in Humans, *J. P. and Soc. Psychology*, 34, 1049.
- Combs, A. W. (1972); Some Basic Concepts for Teacher Education. *J. Teacher Education*, 23, 3, 286.
- Combs, A. W. (1976); *Perceptual Psychology – a humanistic approach to the study of persons*. N.Y.: Harpey e Roy.
- Combs, A. W. , Avila, D.L. e Purkey, W.W. (1971); *Helping Relationships- basic concepts for the helping professions*. Boston: Allyn e Bacon.
- Costa, P. T. e McCrae, R. R. (1985); The NEO Personality Inventory Manual. Odessa, FL, Psychological Assessement Resources.
- Costa, P.T., Jr., McCrae, R. R. e Norris, A.-H,(1981) Personal Adjustment to Aging: Longitudinal Prediction from Neuroticism and Extroversion. *J. Gerontology*, 36, 78.
- Costa, P.T.Jr. e McCrae, R.R. (1988); From Catalogue to Classification: Murray's Needs and the Five Factor Model. *J.P. S. Psychology*, 55, 258
- Cowan, P. A., Cowan, C. P. e Schulz, M. S. (1996); Thinking About Risk and Resilience in Families, in E.M.Hetherington e E. A. Blechman, (eds) *Stress, Coping and Resiliency in Children and Families*. NJ: Erlbaum.
- Craig, P. (1978); *The Heart of a Teacher: A Heuristic Study of Inner World of Theaching*. Ann Arbor, MI: Univ. Microfilms Internationl.
- Csikszentmihalyi, M e Wong, M. (1991); The Situational and Personal Correlates of Happiness: A Cross-National Comparison, in F. Strack, M. Argyle e N. Schwartz (eds) *Subjective Well-Being: Na Interdisciplinary Perspective*. England: Pergamon Press.
- Damáσιο, A. (1995); *O Erro de Descartes: Emoção, Razão e Cérebro Humano*. Lisboa: Publ. Europa-América.
- Damáσιο, A. (2000); *O Sentimento de Si: O Corpo, a Emoção e a Neurobiologia da Consciência*. Lisboa: Publ. Europa-América.
- Damáσιο, A. (2001); *The Movie in the Brain* . Porto: Porto Capital da Cultura, 14 de Outubro.
- Damáσιο, A. (2002); *O Sentimento de Si: O Corpo, a Emoção e a Neurobiologia da Consciência*. Lisboa: Encontro Internacional "Mais Crinça", 3 Outubro.
- Damáσιο, A. (2003a); *Ao Encontro de Espinosa: As Emoções Sociais e a Neurobiologia do Sentir*. Lisboa: Publ. Europa-América.
- Damáσιο, A. (2003b); *A Neurobiologia da Ética: sob o Signo de Espinosa*. Lisboa: Encontro Internacional "O Cérebro, entre o Mal e o Bem", 28 Outubro.
- Damon, W. e Hart, D. (1982) The Development of Self-Understanding from Infancy Through Adolescence. *Child Development*, 53, 841.
- Davidson, K. W. (1996); Self- and Expert-Reported Emotion Inhibition: On the Utility of Both data Sources. *J. Researche in Personality* , 30, 535.
- De Bruyne, P, Herman, J. e De Schoutheete, M. (1974); *Dynamique de la Recherche en Sciences Sociales*. Vendôme: P.U.F..
- De Raad, B., Hendriks, A.A.J. e Hofstee, W.K.B.; (1994); The Big Five: A Tip of the Iceberg of Individual Differences, in C.F. Halverson, Kohnstamm, G.A. (eds), *The Developing Struture of Temperament and Personality from Infancy to Adulthood*, Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Denzin, N.K. e Lincoln, Y. S. (2000); *Handbook of Qualitative Research*. Thousand Oaks, California: Sage.
- Devy, E. (1997); Creating the Resilient Organization. A Rapid Response Managment Program. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
- Dewey, J. e Bentley, A F. (1949); *Knowing and Known*. Boston: Beacon.

- Dewey, J. (1956); *Child and the Curriculum*. Chicago. Univ. Chicago.
- Dewey, J. (1980); The Need for a Philosophy of Education, in V.L. Erickson e J.M. Whiteley (eds) *Developmental Counseling and Theching*. Monterey: Brooks.
- Dias de Deus, J. (2003); *Da Crítica da Ciência à Negação da Ciência*. Lisboa: Gradiva.
- Dinner, E. e Dinner, C. (1996) Most People are Happy. *Psychological Science*, 7, 181.
- Dinner, E., Emmons, R. Iarsen, R. e Griffin, S. (1985) The Satisfaction with Life Scale. *J. Personality Assesment*, 49, 1.
- Dohrenwend, B.S. & Dohrenwend B.P. (eds), (1974); *Stressful Life Events: Their Nature and Effects*. N.Y.: Wiley, Basic Books.
- Douglas, B. e Moustakas, C. (1984); *Heuristic Inquiry: The Internal Search to Know*. Detroit: MI Center for Humanistic Studies.
- Duval, S. e Wicklund, R.A. (1972); *A Theory of Objective Awareness*. NY: Academic Press
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Bernzweig, J., Karbon, M., Poulin, R. e hanish, L. (1993) The Relations of Emotionality and Regulation to Preschooler's Social Skills and Sociometric Status, *Child Development*, 64, 1418.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Guthrie, I.K. e Reiser, M. (2000) Dispositional Emotionality and Regulation: Their Role in Predicting Quality of Social Functioning, *J. Pers. Soc. Psychology*, 78, 136.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Karbon, M., Murphy, B.C., Wosinski, M., Polazzi, L., Carlo, G. e Juhnke, C. (1996) The Relations of Children's Dispositional Prosocial Behavior to Emotionality, Regulation, and Social Functioning, *Child Development*, 67, 974.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Murphy, B. C. (1995) The Relations of Shyness and Low Sociability to Regulation and Emotionality, *J. P. Soc. Psychology*, 68, 505.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Murphy, B.C., Maszky, P., Smith, M. e Karbon, M. (1995) The Role of Emotionality and Regulation in Children's Social Functioning: A Longitudinal Study, *Child Development*, 66, 1239.
- Eisenberg, N., Guthrie, I.K., Fabes, R. A. e Reiser, M., Murphy, B.C., Holgren, R., Maszky, P. e Losoya, S. (1997) The Relations of Regulation and Emotionality to Resiliency and Competent Social Functioning in Elementary School Children, *Child Development*, 68, 295.
- Ekman, P., Friesen, W.V. e Ancoli, S. (1980); Facial Signs of Emotional Experience, *J. P. Soc. Personality*, 39, 1125
- Enciclopédia Verbo (1999) Lisboa: Verbo.
- Engel, G. (1977) The Need for a New Medical Model: Challenge for Biomedicine. *Science*, 196, 129.
- Erikson, E. (1968); *Identity, Youth and Crisisi*. NY: Norton.
- Fenigstein, A. (1987); On the Nature of Public and Private Self-Consciousness. *J. Personality*, 55, 543.
- Fenigstein, A., Scheier, M.F. e Buss, A. (1975); *Public and Private Self-Consciousness*. J. C. C Psychology. 43, 522;
- Fiske, D. W. e Maddi, S. R. (1961); *Functions of Varied Experience*. Homewood, Ill: Dorsey Press.
- Fleming, J.S. e Courtney, B. E. (1984) The Dimensionality of Self-Esteem: II. Hierarchical Facet Model for Revised Measurement Scales. *J. P. Soc. Psychology*, 46(2), 404.
- Folkman, S. e Lazarus, R. S. (1980); An Analysis of Coping in a Middle-aged Community Sample. *J. Health and Soc. Behavior*, 21, 219.
- Folkman, S., Lazarus, R., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A. e Gruen, R. (1986); *Dynamics of a Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping and Encounter Outcomes*. J. Personality and Social Psychology, 50(5), 992.
- Fontaine, A.M. (1991, a) O Conceito de Si Próprio no Ensino Secundário: Processo de Desenvolvimento Diferencial. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 7, 91.
- Fontaine, A.M. (1991, b) Desenvolvimento do Conceito de Si Próprio e a Realização Escolar na Adolescência. *Psychologica*, 2, 1.
- Foster, J.R. (1997); Successful Coping, Adaptation and Resilience in the Elderly: na Interpretation of Epidemiological Data. *Psychiatric Quarterly*, 68(3), 189.
- Frankel, A. e Snyder, M. (1978); "Poor Performance Following Unsolvble Problems: Learned Helplessness or Egotism?", *J. P. Soc. Psychology*, 36, 1415.
- Franzoi, S.L., Davis, M.H. e Markweisse, B. (1990) A Motivacional Explanation for the Existence of Private Self-Consciousness Differences. *J. Personality*, 58, 641.
- Franzoi, S.L., Davis, M.H. e Markweiss, B.; (1990) J. of Personality, 58, 641.
- Fromm, E. (1947); *Man for Himself*. NY: Holt, Rinehart e Winston.

- Garnezy, N. (1985); Broadening Research on Developmental Risk, in W. K. Frankenburg, R. N. e J. W. Sullivan (eds) *Early Identification of Children at Risk: Na International Perspective*. NY: Plenum.
- Garnezy, N. (1985a); Stress-resistant Children: The Search for Protective Factors, in J. E. Stevenson (ed) *Recente Researche in Developmental Psychopathology. J. of Child Psychology and Psychiatry Book Supplement*, 4, 213.
- Garnezy, N. e Rutter, M. (eds) (1983); *Stress, Coping and Development in Children*. NY: McGraw-Hill.
- Garnezy, N. Masten, A. S. e Tellegen, A. (1984); The study of the Stress and Competency in Children: A Building Block for Developmental Psychopathology. *Child Development*, 55, 97.
- Geertz, C. (1983); *Local Knowledge: Further essays in Interpretative Anthropoloplogy*. NY: Basic Books.
- Geertz, C. (1973); *The Interpretation of Cultures: Selected Essays*. NY. Basic Books.
- Gergen, M.M. e Gergen, K.J. (2000); Qualitative Inquiry, in N. K. Denzin e Y. S. Lincoln (eds) *Handbook of Qualitative Research*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Gladden, R. M. e Ouellette, S.C. (1997); *Hardiness, Social DominanceOrientation, and Health*. Unpublished manuscript, *The City University of NY*.
- Glaser, B. G. e Strauss, A. L. (1967); *The Discovey of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research*. Chicago: Aldine.
- Glasgow, R.E. e Arkowitz, H.(1975); "The Behavioral Assessment of Male and Female Competence in Dyadic Heterosexual interactions ", *Behavior Therapy*, 6, 488.
- Goetz, T.E. e Dweck, C.S. (1980); "Learned Helplessness in Social Situations", *J. P. and Soc. Psychology*, 39, 246; Carver, C.S. (1979); "A Cybernetic Model of Self- Attention Process", *J. P. and Soc. Psychology*, 37, 1251.
- Grotberg, E. (1995); *A Guide to Promoting Resilience in Children: Strengthening the Human Spirit*. The Hage: The Bernard van Leer Foundation.
- Grotberg, E. (1998); 9º e 10º Relatório do Projecto Internacional de Pesquisa em Resiliência, IRRP, (cedidos pela autora).
- Grotberg, E. (no prelo); The International Resilience Research Project. Birmingham: Univ. Alabama.
- Grotberg, E.(1999); "The International Resilience Project: Researche, Application, and Policy"; in J. Gomes-Pedro (org) *Stress e Violência no Jovem e na Criança*. Lisboa: Gulbenkian.
- Gunnar, M. R. (1980); Control, Warning Signals, and Distress in Infancy. *Developmental Psychology*, 16, 281.
- Hagekull, B. (1994); Infant Temperament and Early Childhood Functioning: Possible Relations to Five-Factor Model, in C.F. Halverson, G. A. Kohnstamm e R.P. Martin (eds) *The Developing Structure of Temperament and Personality from Infancy to Adulthood*. N. J.: LEA.
- Halverson, G.A. (1994); prefacio in C.F. Halverson, G. A. Kohnstamm e R.P. Martin (eds) *The Developing Structure of Temperament and Personality from Infancy to Adulthood*. N. J.: LEA, Publ.
- Hancok, T. e Dual (1986); Promoting Health in the Urban Context. WHO Health Cities Papers, nº1, Copenhagen: FADL.
- Harter, S. (1983); Developmental Perspectives on the Self-System in E. M. Hetherington (ed) *HandBook of Child Psychology*. NY: Wiley.
- Harter, S. (1985) Competence as a Dimension of Self Evaluation: Toward a Comprehensive Model of Self Worth, in R.L. Leahy (ed) *The Development of the Self*. NY: Academic Press.
- Harter, S. (1985); Competence as a Dimension of Self-Worth, in R.L.Leahy (ed) *The Development of the self*, Academic Press.
- Harvey, O. J. (1970); Beliefs and Behavior: Some Implications for Education. *Science Theacher*, 37(9) 10.
- Heath, D.H. (1977); *Maturity and Competence: a Transcultural View*. NY: J.Wiley.
- Heath, D.H. (1980); Wanted: a Comprehensive Model of Heathy Development. *Personneland Guidance J.*, 58, 391.
- Heckhausen, J. e Schulz, R. (1995); "Uma Teoria do Controlo ao Longo da Vida" in A. L. Neri (org.) "A Psicologia do Envelhecimento", S. Paulo- Brasil: Papirus Editora
- Heider, F. (1958); *The Psychology of InterpersonalRelations*, NY: Wiley.
- Helson, R. (1967) Personality Characteristics and Developmental History of Creative College Women. *Genetic Psychology Monographs*, 76, 205.
- Helson, R. (1987); Which of those Young Women with Creative Potential Became Produtive? II. From College to Midlife, in R. Hogan e W. H. Jones (eds), *Perspectives in Personality*. vol 2. CT: JAI Press.
- Helson, R. e Picano, J. (1990); Is the Traditional Role Bad for Women? *J. P. Soc. Psychology*, 59, 311.

- Helson, R. e Wink, P. (1987); Two Conceptions of Maturity Examined in the Findings of Longitudinal Study. *J. P. Soc. Psychology*, 53, 176.
- Helson, R. Mitchell, V. e Moane, G. (1984); Personality and Patterns of Adherence and nonadherence to the Social Clock. *J. P. Soc. Psychology*, 48, 1079.
- Hetherington, E.M. e Blechman, E. A. (1996); *Stress, Coping and Resiliency in Children and Families*, (eds). NJ: Erlbaum.
- Hunt, D.E. e Sullivan, E.V. (1974); *Between Psychology and Education*. Hinsdale, Ill: The Dryden Press.
- Hunt, D.E.(1972); Matching Models for Teacher Training in B. Joyce E. M. Weil (ed) *Perspectives for Reform in Teacher Education*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- Hunt, D.E.(1976); Teacher are Psychologist too: on the Application of Psychology to Education. *Canadian Psychological Review*, 17(3), 210.
- Hunt, D.E.(1978); Conceptual Level Theory and Research as Guide to Educational Practice. *Interchange*, 8(4), 78.
- Hunt, D.E.(1980); How to be Your Own Best Theorist. Theory in Practice, 19(4), 287.
- Jacob, F. (1970); *La Logique du Vivant*. Paris: Gallimard.
- Jameson, F. (1991); *Postmodernism; or, The Cultural Logic of Late Capitalism*. Durham, NC: Duke Univ..
- Janoff-Bulman, R. e Brickman, P. (1980); Expectations and People Learn from Failure in N.T. Feather (ed) *Expectancy, Incentive and Action*, Hillsdale, N.J.: Erlbaum
- Jesus, S.M. e Pereira, A.S. (1994) Estudos das Estratégias de coping utilizadas por professores, in M.F. Patrício (coord) *A Psicologia na Formação Contínua*. Évora: Univ. Évora.
- John, O.P., Caspi, A., Robins, R. W. Moffitt, T. E. e Stouthamer-Loeber, M.(1994b); The “Little Five”: Exploring the Nomological Network of Five Factor Model of Personality in Adolescent Boys, *Child Development*, 65, 160.
- Karr-Morse, R. (2002); *Os Fantasmas de Berço*, Comunicação em Lisboa no Encontro Internacional Mais Criança: as necessidades irredutíveis, pp27(resumos das sessões científicas).
- Kelly, G.A.(1955); *The Psychology of Personal Constructs*. Vol 1 e 2. NY: Norton.
- Kirk, J. e Miller, M.L. (1986); *Reliability and Validity in Qualitative Research*. Beverly Hill: Sage
- Kobasa, S. C. e Maddi, S. R. e Courington, R. (1981); Personality and Constitution as Mediators in the Stress-illness Relationship. *J. Health Soc. Behavior*, 22, 368.
- Kobasa, S. C. e Maddi, S. R.(1977); Existential Personality Theory in R. Corsini (ed) *Current Personality Theories*. Itasca, Ill: Peacock.
- Kobasa, S. C. e Maddi, S. R.(1982 a); The Hardy Personality: Toward a Social Psychology of Stress and Health, in J. Suls e G. Sanders (eds), *The Social Psychology of Health and Illness*. NJ: Erlbaum.
- Kobasa, S.C. (1979); Stress Life Events, Personality, and Health: an Inquiry into Hardiness. *J. Personality and Social Psychology*, 37, 1, (Janeiro 1979), pp1.
- Kobasa, S.C. e Maddi, S.R. e Courington, M. (1981) Personality and Constitution as Mediators in the Stress-Illness Relationship. *J. Health Soc. Behavior*, 22, 368.
- Kobasa, S.C. e Puccetti, M.C. (1983) Personality and Social Resources in Stress Resistance. *J. P. Soc. Psychology*, 45(4), 839.
- Kobasa, S.C., Maddi, S.R. e Kahn, S. (1982 b) Hardiness and Health: A Prospective Study. *J. P. Soc. Psychology*, 42(1), 168.
- Kobasa, S.C., Maddi, S.R. e Puccetti, M. C. (1982 c); Personality and Exercise as Buffers in the Stress-illness Relationship. *J. Behavioral Medicine*, 5, 391.
- Lalonde, M. (1974) A New Perspective on the Health of Canadians. Ottawa; Minister of National health and Welfare.
- Lazarus, R. S. (1966); *Psychological Stress and the Coping Process*. NY: McGraw-Hill.
- Lazarus, R. S. e Folkman, S. (1984); *Stress, Appraisal and Coping*. NY: Springer.
- Lee, C. L. e Bates, J.E. (1985) Mother-Child Interaction at Age 2 Years and Perceived Difficult Temperament. *Child Development*, 65, 1314.
- Lefcourt, H. M. (1973); The Function of the Illusions of Control and Freedom. *American Psychologist*, 28, 417.
- Lefcourt, H.M. (1980); “Locus Control and Coping With Life’s Events”, in E. Staub (ed) *Personality: Basic Issues and Current Research*. Englewood Cliffs. N J: Printice-Hall.
- Lessard-Hébert, M., Goyette, G. e Boutin, G. (1990); *Investigação Qualitativa: Fundamentos e Práticas*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Lewinsohn, P.M., Antonuccio, D. M., Steinmetz, J. L. e Teri, L. (1980); “Social Competence and Depression: The Role of Illusory Self-Perceptions.”. *J. of Abnormal Psychology*, 89, 203.
- Leyens, J. P.(1985); *Teorias da Personalidade na Dinâmica Social*. Lisboa: Editorial Verbo;

- Lincoln, Y.S. e Denzin, N. K. (2000); The Seventh Moment: Out of the Past, in N. K. Denzin e Y. S. Lincoln (eds) *Handbook of Qualitative Research*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Loevinger, J. (1983); On Ego Development and the Structure of Personality. *Development Review*, 3, 339.
- Loevinger, J. e Knoll, E. (1983); Personality: Stages, Traits, and the Self. *Annual Review of Psychology*, 34, 195.
- MacKinnon, D. W. (1965) Personality and Realization of Creative Potential. *American Psychologist*, 20, 273.
- Maddi, S. C. (1976); Personality Theories: A Comparative Analysis. Homewood, Ill: Dorsey Press
- Maddi, S. R. (1975); The Strenuousness of the Creative Life, in I. A. Taylor e J. W. Gazels (eds) *Perspectives in Creativity*. Chicago: Aldine.
- Maddi, S.R. (1990); Issues and Interventions in Stress Mastery, in H. S. Friedman (ed) *Personality and Disease*. NY: Wiley.
- Maddi, S.R. e Khoshaba, D. M. (1994); Hardiness and Mental Health. *J. Personality Assessment*, 63, 265.
- Magnani, L.E. (1990); Hardiness, Self-Perceived Health, and Activity Among Independent Functioning Older Adults. *Scholarly Inquiry for Nursing Practice: An International J.*, 4, 171.
- Magnusson, D. (1996); Foreword: Towards a Development Science, in D. Magnusson (ed.) *The Lifespan Development of Individuals: behavioral, neurobiological, and psychosocial perspectives*. NY: Cambridge Univ. Press.
- Mahrer, A. R. e Gervaise, P.A. (1985); Humanistic Theory of Development in T. Husen e T.N. Postlethwait (ed) *The International Encyclopedia of Education*, vol.4, Oxford: Pergamon Press.
- Manciaux, M (1999); Da Vulnerabilidade à Resiliência- do Conceito à Acção in J. Gomes-Pedro (org) *Stress e Violência no Jovem e na Criança*. Lisboa: Gulbenkian.
- Markus, H.R. (1977) Self-Schemata and Processing Information About the Self. *J. P. Soc. Psychology*, 35, 63.
- Markus, H.R. e Kitayama, S. (1991) Culture and the Self: Implications for the Cognition, Emotion and Motivation. *Psychological Review*, 98, 224.
- Markus, H.R. e Wurf, E. (1987) The Dynamic Self-Concept: A Social Psychological Perspective. *Annual Review of Psychology*, 38, 299.
- Massey, S., Cameron, A., Ouellette, S.C. e Fine, M. (1998); Qualitative Approches to the Study of Thriving : What can be Learned ? *J. of Social Issues*, 54, 337.
- Masten, A. S. e Garmezy, N. (1985) Risk, Vulnerability and Protective Factors in Developmental Psychopathology in B. B. Lahe e A.E. Kazdin (eds) *Advances in Clinical Child Psychology*. NY: Plenum.
- Masten, A.S., Hubbart, J.J., Gest, S.D., Tellegen, A., Garmezy, N. e Ramirez, M. (1999). Competence in the Context of Adversity: Pathways to Resilience and Maladaptation from Childhood to Late Adolescence. *Development Psychopathology*, 11, 143.
- McAdams, D. P.(1989); The Development of a Narrative Identity in D. Buss e N. Cantor (eds) *Personality Psychology, Recent Trends and Emerging Directions*, NY: Springer-Verlag.
- McAdams, D.P. (1989); The development of a Narrative Identity, in D. Buss e N. Cantor (eds) *Personality Psychology, recent Trends and Emerging Directions*. NY: Springer-Verlag.
- McAdams, D.P. (1992); The Five Factor Model in Personality: A Creative Appraisal, Special Issue. *J. Personality*, 60(2), 329.
- McCrae, R. R. e Costa, P. T. (1986); Evaluation Comprehensiveness in Personality Systems: The California Q-Set and the Five-Factor Model. *J. of Personality*, 54(2), 430.
- McCrae, R. R. e Costa, P. T. (1987); Validation of the FFM of Personality Across Instruments and Observers. *J. P. Soc. Psychology*, 52(1), 81.
- McCrae, R. R. e Costa, P. T. (1996); Toward a New Generation of Personality Theories: Theoretical Contexts for the Five Factor Model in J. S. Wiggins (ed) *The Five-Factor Model of Personality: Theoretical Perspectives*, EUA: Guilford Press.
- McCrae, R.R. e Costa, P.T. (1983) Psychological Maturity and Subjective Well-Being: Toward a New Synthesis. *Development Psychology*, 19, 243.
- McCranie, E.W., Lambert, V.A., e Lambert, C.E. (1987); Work, Stress, Hardiness, and Burnout among Hospital Staff Nurses. *Nursing Research*, 36, 374.
- McIntyre, M.T.(1994); *Psicologia da Saúde: Áreas de Intervenção e Perspectivas Futuras*. Lisboa: APPORT
- McKeown, T. (1972); Na Interpretation of the Modern Rise in Population in Europe. *Populations Studies*, 27, 3.
- Mead, J. H. (1934); *Mind, Self and Society*. Chicago: Univ. Chicago.

- Mead, M. (1960a); *Coming of Age in Samoa: A Psychological Study of Primitive Youth for Western Civilization*. NY: Mentor (trabalho original publicado 1928).
- Mead, M. (1960b); *Can Growing up in New Guinea: A Comparative Study of Primitive Education*. NY: Mentor (trabalho original publicado 1930).
- Mead, M. (1960c); *Male and Female. A study of Sexes in a Changing World*. NY: Mentor (trabalho original publicado 1949).
- Mead, M. (1960d); *Sex and Temperament in Three primitive Societies*. NY: Mentor (trabalho original publicado 1935).
- Mead, M. (1975); *New Lines for Old: Cultural Transformation-Manau*. NY: Mentor (trabalho original publicado 1956).
- Mead, M. (1977); *Letters from the Field, 1925-1975*. NY: Harper & Row.
- Miranda Santos, A. (1989); Expressividade e Personalidade. Um século de Psicologia. Coimbra: Atlântida.
- Miranda Santos, A. (1990); Os 'Outros' Factos Científicos ou –Clínica, a Psicologia?, *Psychologica*, 3, 792.
- Miranda Santos, A. (1995); *Introdução a uma Ciência Pós-Moderna*. Porto: Afrontamento.
- Miranda Santos, A. (1996); Para uma Pedagogia de Conflito, in L. Silva L. *Novos Mapas Culturais , Novas Perspectivas Educacionais*. Porto Alegre: Sulima.
- Miranda Santos, A. (2004); *Indisciplina e Educabilidade*. Comunicação nas Primeira Jornadas de Educação: Violência Escolar e Saúde Infantil (Organização Mundial de Educação Pré-Escolar), 26 e 27 de Março de 2004. Lisboa: Escola Superior de Educação João de Deus.
- Monat, A. e Lazarus, R.S. (1985); Stress and Coping- some Current Issues and Controversies, in Monat, A. e Lazarus, R.S. (eds), *Stress and Coping- an Anthology*. N Y: Columbia University Press.
- Moss, G. E.(1973); *Illness, Immunity and Social Interaction*. NY: Wiley.
- Moss, R.H.(1974); *The Human Context: Environmental Determinants of Behavior*. NY: Wiley.
- Moss, R.H., Insel, P.M. e Humphrey, B.(1974); *Family, Work and Group Environment Scales Manual*. Palo Alto, California: Consulting Psychologists.
- Murray, H.A.; (1938); *Explorations in Personality*. NY: Oxford Univ. Press
- Myers, D. G. e Dinner, E. (1995); Who is Happy? *Psychological Science*, 6, 10.
- Nasby, W. (1985); *Privated Self-Consciousness, Articulation of the Self-Scheme, and Recognition Memory of Trait Adjectives*. J. P. and S. Psychology, 49, 704;
- Nasby, W. (1989); *Privated and Public Self-Consciousness and Articulation of the Self-Schema*. J. P. and S. Psychology, 56, 117.
- Neimeyer, G. J. e Neimeyer, R.A. (1993); Defining Boundaries of Constructivist Assessment, in G.J. Neimeyer (ed) *Constructivist Assessment – A Casebook*. Newbury Park: Sage.
- Neto, F. (1999); Satisfação com a Vida e Características da Personalidade. *Psychologica*, 22, 55.
- Neto, F. Barros, J. e Barros, A.(1990); Satisfação com a Vida in L. Almeida, R, Santiago, P. Silva, ° Caetano e J. Marques (eds) *A Acção Educativa: Análise Psico-Social*. Leiria: ESEL/APPORT.
- Noam, G.G. (1996); Reconceptualizing Maturity: The Search for Deeper Meaning, in G.G. Noam e K.W. Fischer (eds) *Development and Vulnerability in Close Relationships*. NJ: Lea.
- Noam, G.G. e Fischer, K.W. (1996); Introduction: The Fundamental Role of Relationships in Human Development, in G.G. Noam e K.W. Fischer (eds) *Development and Vulnerability in Close Relationships*. NJ: Lea.
- O'Leary, A. (1992); Self-Efficacy and Health: Behavioral and Stress-Physiological Mediation. *Cognitive Therapy and Research*, 16, 229.
- O'Leary, V.E. e Ickovics, J. R. (1995); Resilience and Thriving in Response to Challenge: An Opportunity for a paradigm Shift in Whomen's Health. *Women's Health: Research on Gender, Behavior, and Policy*, 2, 121.
- OMS (1986); As Metas de Saúde para Todos: Metas da Estratégia Regional Europeia da Saúde para Todos. Lisboa: Ministério da Saúde, Departamento de Estudos e Planeamento.
- Ouellette Kobasa, S.C. (1989); Sontag on AIDS. *Social Policy*, 19, 60.
- Ouellette Kobasa, S.C. (1990); Lesson from History : How to Find the Person in Health Psychology, in H. S. Friendman (ed), *Personality and Disease*. NY: Wiley.
- Ouellette Kobasa, S.C. (1991); AIDS Volunteering: Links to the Past and Future Prospects. In D. Nelkin, D. P. Willis e S. V. Parris (eds), *A Disease of Society: Cultural and Institutional Responses to AIDS*. NY: Cambridge Univ. Press.
- Ouellette, S.C. (1999); Self, Social Identity, and Personality Influences on Health. In R.J. Contrada e R.D. Ashmore (eds), *Self, Social Identity, and Physical Health: Interdisciplinary Explorations*. NY: Oxford Univ. Press.

- Ouellette, S.C. (1993); *Inquiries into Hardiness in L. Goldberger e S. Breznitz (eds), Handbook of Stress: Theoretical and Clinical Aspects*. NY: The Free Press.
- Ouellette, S.C. (1998); Remembering Aaron Anthonovsky: A Conversation Cherished and one Missed. *Megamot: Behavioral Sciences Quarterly*, 39, 19.
- Pais Ribeiro, J. L. (1994); A Psicologia da Saúde e a Segunda Revolução da Saúde, in T. M. McIntyre (ed) *Psicologia da Saúde*. Braga: APPORT.
- Pais Ribeiro, J.L. e Neves, A.C.(2000); Influência do Autoconceito e da Ansiedade na Saúde de Estudantes Universitários, in J.L.Pais Ribeiro I. Leal e M. Rosário Dias (eds) *Actas 3º Encontro de Psicologia da Saúde*. Lisboa: Inst. Superior de Psicologia Aplicada.
- Pais Ribeiro, J.L.(1999); *Investigação e Avaliação em Psicologia e Saúde*. Lisboa: CLIMEPSI.
- Palacios, J., Coll, C. e Marchesi, A.(1992); Desenvolvimento Psicologico e Processus Educativos in J. Palacios (compilación) *Desenvolvimento Psicologico e Educação vol I*, 367.
- Papaneck, (1975) Alfred Adler, in A. F. Kaplan e B. Sadock (eds) *Comprehensive Textbook of Psychiatry*, vol 1. Baltimore: The Willians & Willians Company.
- Patton, M. Q. (1990); *Qualitative Evaluation and Research Methods*. Newbury Park, Califórnia: Sage.
- Paykel, E.S. (1974); "Recent Live Events and Clinical Depression" in E. K Gunderson & R.H. Rahe (eds.), *Stress Life and Illness*. Springfield, Ill:Charles C. Thomas.
- Peabody, D. e Goldberg, L.R.(1989); Some Determinants of Factor Structures from Personality –Trait Descriptors, *J. P. Soc. Personality*, 57(3), 552.
- Pearlin, L.I. e Schooler, C, (1978) The Structures of Coping. *J. Health and Social Behavior*, 19, 2.
- Pedroso de Lima, M. (1997); *NEO-PI-R: Contextos Teóricos e Psicométricos*; "Ocean" ou "Iceberg"? tese de doutoramento, Universidade de Coimbra.
- Pereira, A. (1998); Apoio ao Estudante Universitário: Peer Counselling, *Psychologica*, 20, 113.
- Pesce, R.P., Assis, S.G., Avanci, J.Q., Santos, N.C., Malaquias, J.V. e Carvalhaes. R. (2005); Adaptação Transcultural, Confiabilidade e Validade da Escala de Resiliência. *Cad. Saúde Pública*, 21(2),436.
- Pesce, R.P., Assis, S.G., Santos, N.C., Malaquias, J.V. e Carvalhaes de Oliveira, R. (2004); Risco e Protecção: em Busca de um Equilíbrio Promotor de Resiliência. *Cad. Saúde Pública*, 20(2),135.
- Peterson, C, Maier, S.F. e Seligman, M.E.P. (1995); *Learned Helplessness: A Theory for the Age of Control*, NY: Oxford Univ. Press.
- Peterson, C, Villanova, P. e Raps, C.S. (1985); "Depression and Attributions: Factors Responsible for Inconsistent Results in the Published Literature", *J. Abnormal Psychology*, 94, 165.
- Plomin (1991b) in M. Rutter e P. Casaer (eds) *Biological Risk Factors for Psychosocial Disorders*. Cambridge: Cambridge Univ. Press.
- Plomin et al.,(1991a) in D. Cicchetti e S. L. Toth (eds) *Internalizing and Externalizing Expressions of Dysfunction*, vol 2, Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Pombo, O. (1998) *História, Filosofia e Sociologia da Ciência: Categorias Epistemológicas*, texto Departamento de Educação, Lisboa: Univ. Lisboa.
- Ralha-Simões, H. (1983); *Compétence et Auto-perception – une approche du concept de soi à partir des theories du développement cognitif: implications éducatives*. Louvain-la-Neuve, Univ. Louvain (tese policopiada).
- Ralha-Simões, H. (1995a); *Dimensões Pessoal e Profissional na Formação de Professores*. Aveiro: CIDInE.
- Ralha-Simões, H. (1995b); Nível de Auto-Conhecimento e Competência Educativa. *Cadernos do CIDInE*, 1, 31.
- Ralha-Simões, H. (1998b); Resiliência e Desenvolvimento Pessoal no Percurso Formativo. IV Congresso da Sociedade Portuguesa de Ciências de Educação. Aveiro, 18-21 de Fevereiro.
- Ralha-Simões, H. (2001); Resiliência e Desenvolvimento Pessoal in J. Tavares (org.) *Resiliência e Educação*. São Paulo: Cortez.
- Ralha-Simões, H. (2003); *Resiliência e Psicologia do Desenvolvimento*. Lição nas Provas Públicas para Professora Coordenadora. Faro: Universidade Algarve.
- Ralha-Simões, H. e Simões, C. M. (1998a); Resiliência e Tarefas de Desenvolvimento: A Educação e as diferentes Etapas da Vida, *Rev Psicologia, Educação e Cultura*, II(2), 234.
- Rank, O. (1945); *Will Therapy and Truth and Reality*. NY: Knopf.
- Rhane, R.H. (1974); The Pathway between Subject's Recent Life Change and their Near-Future Illness Reports: Representative Results and Methodological Issues in B.S. Dohrenwend & B.P. Dohrenwend (eds) *Stress Life Events: Their Nature and Effects*. NY: Wiley.
- Richmond, J.(1979); *Health People: The Surgeon General's Report on Health Promotion and Disease Prevention*. Washinton: USA Department of Heath, Education, and Welfare.

- Robins, R.W., John, O.P., Caspi, A.(1994); Major Dimensions of Personality in Early Adolescence: the Big Five and Beyond, in C. F. Halverson, Jr., G. A. Kohnstamm e R.P. Martin(eds) *The Developing Struture of Temperament and Personality from Infancy to Adulthood*, Hillsdale, NY: Lawrence Erlbaum Associates, LEA.
- Robins, R.W., John, O.P., Caspi, A., Moffitt, T.E. e Stouthmer-Loeber, M.,(1996); Resilient, Overcontrolled, and Undercontrolled Boys: Three Replicable Personality Development. *J. P. Soc. Psychology*, 70, 157.
- Robins, R.W., John, O.P., Caspi, A.,(1998); The Typological approach to Studying Personality. In R.B. Cairns, L. R. Bergman e J. Kagan (eds), *Methods and Models for Studying the Individual*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Rodrigues, F. C. (1994); *As Novas Tecnologias, o Futuro dos Impérios e os 4 Cavaleiros do Apocalipse*. Lisboa:Publ. Europa-América.
- Rolf, J., Masten, A.S., Cicchetti, D., Nuechterlein, K. H. e Weitraub, S. (eds) (1990); *Risk and Protective Factors in the Development of Psychopathology*. Cambridg, UK: Cambridg Univ. Press.
- Rothbart, M.K. e Ahadi, S.A. (1994); Temperament, Development and the Big Five in C.F. Halverson, G. A. Kohnstamm e R.P. Martin (eds) *The Developing Structure of Temperament and Personality from Infancy to Adulthood*. N. J.: LEA.
- Rothbart, M.K. e Baltes, J.E. (1998); Temperament, in Damon, W. (ed.) *Social, Emotional and Personality Development: Handbook of Child Psychology*. Vol 3, NY: Wiley.
- Rothbaum, F., Weisz, J.R. e Snyder, S.S. (1982); Changing the World and Changing the Self: A Two-Process Model of Perceived Control. *J. Personality and Social Psychology*, 42(1)5
- Rotter, J.B. (1966) Generalized Expectancies for Internal versus External Control of Reinforcement, *Psychological Monographs*, 80,1.
- Ruegg, F (1997); Valorizar as Potencialidades da Criança: A Resiliência, Conceitos e Perspectivas. *Cadernos de Ed. de Infância*, 42, 9.
- Rutter, M. (1970) Sex Differences in Children's Response to Family Stress, in AE.J. Anthony e C. Koupernik (eds) *The Child in his Family*. NY: Wiley.
- Rutter, M. (1971); Parent-Child Separation: Psychological Effects on the Children. *J. Child Psychology and Psychiatry*, 12, 233.
- Rutter, M. (1979); Protective Factors in Children's Responses to Stress and Disadvantage in M.W.Kent e J.E. Rolf (eds) *Primary Prevention of Psychopathology* vol 3 Social Competence in Children. Hanover: Univ. Press of New England.
- Rutter, M. (1981); *Maternal Deprivation Reassessed*. Harmondsworth: Penguin.
- Rutter, M. (1985); Resilience in Face of Adversity: Protective Factors and Resistance to Psychiatric Disorder. *British J. Psychiatry*, 47, 598.
- Rutter, M. (1987); Psychosocial Resilience and Protective Mechanisms. *American J. Orthopsychiatry*, 57, 316.
- Rutter, M. (1990); Genetic Factors in Child Psychiatric Disorder I: a Review of Research Strategies. II. Empirical Findings. *J. Child Psychology and Psychiatry*, 31, 3; 39.
- Rutter, M. (1993); Resilience: Some Conceptual Considerations. *J. Adolescent Health*, 14, 626.
- Rutter, M. (1996); Stress Resarch: Accomplishments and Tasks Ahead in R. J. Haggerty (ed) *Stress, Risk and Resilience in Children and Adolescents: Process, Mechanisms and Interventions*. NY: Cambridg Univ. Press.
- Rutter, M. (1999); Resilience Concepts and Findings: Implications for Family Therapy. *J. Family Therapy*, 21, 119.
- Rutter, M. (2002); The Promotion of Resilience in the Face of Adversity. *Lisboa: Encontro Internacional Mais Criança. As Necessidades Irredutíveis*.
- Rutter, M. e Madge, N.(1976); *Cycles of Disadvantage*. Londres: Heinemann.
- Rutter, M.e Rutter, M. (1992); *Development Minds: Challenge and Continuity Across the Life Span*. Harmondsworth: Penguin.
- Ryan, G. W. e Bernard, H. R. (2000); Data Management and Analysis Methods, in N. K. Denzin e Y. S. Lincoln (eds) *Handbook of Qualitative Research*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Ryff, C. D. (1989); Happiness is Everything, or is it? Exploration on the Meaning of Psychological Well-Being. *J.P.Soc. Psychology*, 57, 1069.
- Ryff, C. D. (1995); Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Direction in Psychological Science*, 4, 99.
- Ryff, C. D.e Keyes, C. L.M. (1995); The Srture of Psychological Well-Being Revisited. *J.P. Soc. Psychology*, 69, 719.

- Sanford, N.(1992); What Have We Learned About Personality? in S. Koch e D. E. Leary (ed) *A Century of Psychology as Science*. Washington, DC: APA.
- Santos, B. S. (1995); *Introdução a uma Ciência Pós-moderna*. Porto: Afrontamento.
- Santos, B. S. (1996); Para uma Pedagogia do Conflito, in L. Silva *Novos Mapas Culturais Novas Perspectivas Educacionais*. Porto Alegre: Sulina.
- Santos, B. S. (2000); *A Crítica da Razão Indolente. Contra o Desperdício da Experiência*. Porto Afrontamento.
- Schlenker, B.R. e Weigold, M.F (1990); Self-Consciousness and Self Presentation: Being Autonomous versus Appearing Autonomous, *J. P. Soc. Psychology*, 59, 820.
- Schwab, R. J. (1995); “Teacher Stress and Burnout”, in L. Anderson (ed.) *International Encyclopaedia of Teaching and Teacher Education*. Columbia: Pergamon Press.
- Schwartz, R. M. e Gottam, J. M. (1976); “Toward a Task Analylsis of Assertive Behavior”, *J. Consulting and Clinical Psychology*, 44, 910.
- Seligman, M.E.P. (1975); *Helplessness: on Depression Development and Death*, NY: W.H. Freeman and Company.
- Seligman, M.E.P.(1991); *Learn Optimism*. NY: Knopf.
- Selye, H. (1956); *The Stress of Life*. NY: McGraw-Hill.
- Selye, H. (1985); History and Present Status of the Stress Concept, in A. Monat e R.S. Lazarus (eds) *Stress and Coping: an Anthology*, N Y: Columbia University Press.
- Sergeant, J. (1994); La Memoire des Visages. *La Recherche*, 267(25), 792.
- Shaban, J. e Jecker, J. (1968); “Risk Preference in Choosing na Evaluator: na Extension of Atkinson’s Achievement-motivation Model”, *J. Social Psychology*, 4, 35.
- Shaffer, M. (1982), *Life after Stress*. N Y e London: Plenum Press
- Shavelson, R. J. e Bolus, R. (1982); Self-Concept: The Interplay of Theoryand Methods. *J. Education Psychology*, 74, 3.
- Shavelson, R. J., Hubner, J.J. e Stanton, J. C. (1976); Self-Concept: Validation of Construct Interpretations. *R. Educational Research*, 46, 407.
- Silver, R.L. e Wortman, C.B. (1980); “Coping with Undesirable Life Events”, in J. Garber e M.E. P Seligman (eds) *Human Helplessness: Theory and Applications*, NY: Academic Press.
- Simões, A.(1992); Ulterior Validação de uma Escala de Satisfação com a Vida (SWLS).*R. Port. Pedagogia*,XXVI, 3, 503.
- Simões, C.M. (1996); *O Desenvolvimento do Professor e a Construção do Conhecimento Pedagógico*. Aveiro:Fundação J. Jacinto Magalhães.
- Simões, C.M. e Ralha-Simões, H. (1990); O Desenvolviemnto Pessoal dos Professores e a Competência Pedagógica in J. A. Tavares e A. Moreira (eds) *Desenvolvimento, Aprendizagem, Currículo e Supervisão*. Aveiro: PIDACS.
- Simões, C.M. e Ralha-Simões, H. (1999); *Contextos de Desenvolvimento e Teorias Psicológicas*. Porto: Porto Editora.
- Skinner, E.A.(1995); *Perceived Control, Motivation and Coping*. Thousand Oaks, CA: Sage
- Smith, J.,Fleeson, W. Geiselman, B. Settersten, R. e Kunzmann, U. (1999); Well-Beingin Very Old Age: Predictions from Objective Life Conditions and Subjective Experience in P.B. Baltes e K. U. Mayer (eds) *The Berlin Aging Study: Aging from 70 to 100*. NY: Cambridg Univ. Press.
- SOC em português segundo Nunes, L. A. S., (1998); Compreender o Cidadão e Fortalecê-lo na Gestão do Stress: Introduzindo o Conceito do Sentido Interno de Coerência. *Rev. Saúde Pública*, 4, (Out-Dez).
- Social Sciences Citation Index data base. BIDS ISI Data Service.
- Solomon, E.A. (1977); *Psicologia Social*. S. Paulo: Ed. Nacional.
- Staudinger, U.M., Fleeson, W. e P. B. Baltes (1999); Predictors of Subjective Physical Health and Global Well-Being: Similarities and Differences Between the United States and Germany. *J.P. Soc. Psychology*,76, 305.
- Staudinger, U.M., Marsiske, M. e Baltes, P.B. (1995); Resiliência e Níveis de Capacidade de Reserva na Velhice: Perspectivas da Teoria do Curso de Vida, in A. L.Neri (org) *Psicologia do Envelhecimento*. S. Paulo: Papyrus Ed..
- Strauss, A. e Corbin, J. (1998); *Basics of Qualitative Research: Techniques and procedures for Developing Grounded Theory*. Thousand Oaks, Califórnia: Sage.
- Tapp, (1985); Multisystems Holistic Model, in T. Field, P. M. McCabe e N. Schneiderman (eds) *Stress and Coping*. Londres: LEA, Publ..
- Tavares, J. (1998); *Formação e Resiliência. Rumus 20*. Porto: Porto Editora

- Tavares, J. (2001); A Resiliência na Sociedade Emergente” in J. Tavares (org.) *Resiliência e Educação*. São Paulo: Cortez.
- Tavares, J. e Albuquerque, A.M. (1998); Sentidos e Implicações da Resiliência na Formação. *Rev. Psicologia, Educação e Cultura*. Vol II (1), 143.
- Taylor, S.E.(1990); Health Psychology: the Science and the Field. *American Psychologist*, 45, 40.
- Trapnell, P.D. e Campbell, J.D.(1999); Private Self-Consciousness and the Five-factor Model of personality: Distinguishing Rumination from Reflection. *J.P. Soc. Psychology*, 76(1999)284.
- Trapnell, P.D., Meston, C.M. e Gorzalka, B.(1997); Spectatoring and the Relationship Between Body Image and Sexual Experience: Self-focus or Self-valence?. *J. Sex Research*, 34, 267.
- Van der Maren, J-M (1987); Question sur les Règles à partir d'Analogies Extrêmes : L'interprétation comme Interface, Traduction, Mise en Scène et Divination in *Interpretation des Données de la Recherche Qualitative*. Actas do Colóquio da Ass. Investigação Qualitativa. Montréal: Univ. Montréal.
- van Lieshout, C.F.M., Haselager, G.J.T. (1994); The Big Five Personality Factors in Q-Sort Descriptions of Children and Adolescents, in C. F. Halverson, Jr., G. A. Kohnstamm (eds) *The Developing Structure of Temperament and Personality from Infancy to Adulthood*, Hillsdale, NY: Erlbaum.
- Vaz Serra, (1988a); O Papel da Expectativa, . *J. Psiquiatria Clínica*, 2(4), 201.
- Vaz Serra, A. (1988b); Um Estudo sobre Coping: o Inventário de Resolução de Problemas. *J. Psiquiatria Clínica*, 2(4), 301.
- Vaz Serra, A.(1986); Inventário Clínico de Auto-Conceito, *Psiquiatria Clínica*, 7(2), 67.
- Vaz Serra, A.(1988c); Atribuição e Auto-Conceito, *Psicologica*, 1, 127.
- Vingerhoets, A. (1985); *Psychosocial Stress: an Experimental Approach- Life Stress Events, Coping and Psychobiological Functioning*. Lisse: Swets & Zeitlinger.
- von Glasersfeld, E. (1991); Knowing without Metaphysics: Aspects of the Radical Constructivist Position, in F. Steier (ed) *Research and Reflexivity*. London: Sage
- Wallon, H. (1942); *De L'Acte à la Pensée*. Paris: Flammarin.
- Wallon, H. (1951); *L'évolution Dialectique de la Personnalité*. Dialectic;
- Weiner, B. (1972); *Theories of Motivation: From Mechanism to Cognition*, Chicago: Rand McNally.
- Weiner, B. (1986); *An Attributional Theory of Motivation and Emotion*, NY: Springer-Verlag.
- Werner, E.E. e Smith, R.S. (1982) *Vulnerable but Invincible: a Longitudinal Study of Resilient Children and Youth*. NY: McGraw-Hill.
- Werner, E.E. e Smith, R.S. (1989) *Vulnerable but Invincible: a Longitudinal Study of Resilient Children and Youth*. NY: Adams-Banaster-Cox.
- White, R. W. (1959); Motivation Reconsidered: The Concept of Competence. *Psychological Review*, 66, 297.
- White, R.H. (1985); Strategies of Adaptation: an Attempt at Systematic Description, in Monat, A. e Lazarus, R.S. (eds), *Stress and Coping - an Anthology*. N Y: Columbia University Press.
- Wicklund, R.A. e Gollwitzer, P.M.; *The Fallacy of the Private-Public Self-Focus Distinction*. *J. of Personality*, 55 (1987) 491.
- Wiebe, D. J. (1991); *Hardiness and Stress Moderation: A teste of proposed mechanisms*. *J. P and S. Psychology*, 60 (1991) 89.
- Willian, J. (1950/1890); *The Principles of Psychology*, NY: Dover (publicação original data de 1890).
- Wilson, B.J. e Gottman, J.M. (1996) Attention-The Shuttle between Emotion and Cognition: Risk, Resiliency, and Physiological Bases in E.M. Hetherington e E.A. Blechman (eds) *Stress, Coping and Resiliency in Children and Families*. NJ: Lawrence Erlbaum Ass. (Lea)
- York, K.L. e John O. P. (1992); The Four faces of Eve: A Typological Analysis of Women's Personality at Midlife. *J. Per. Soc. Psychology*, 63, 494.
- Ziman, J. (1984) *An Introduction to Science Studies*, Cambridge: Cambridge Univ..